



ותיקים ונהנים

חוברת הפעילות לשנת תשפ"ד 2023-24

קתדרה לתרבות ואמנות

חוגי ספורט, אמנות והעשרה

טיולים ונופשונים בארץ בחו"ל

"לא נבון יקנה דעת ואוֹכַן חכמים תבקש דעת" (משלי)

זמארין
אזרחים ותיקים



ת.צ.ו.
האגוד הוותיק זכרון יעקב

מעצה מקומית
זכרון יעקב



140
לוחות יעקב
1983 Association
of Old People

משרד
הנגב, הגליל
והחוף הלאומי



ותיקות וותיקים יקרות ויקרים,

תקופת ה"בגרות השנייה" המכונה בפי רבים "הגיל השלישי" מהווה פרק של פריחה ושגשוג מחודשים בהתאמה לאורח החיים המשתנה. עמותת זמארין פועלת לקידום רווחת הוותיקים בכל הקשור לאורח חיים בריא, הרחבת עולמות התוכן ויציקת תכנים חדשים ומרתקים לשעות הפנאי. מטרתנו הינה להגיע לכל ותיקה וותיק בישוב שלנו - זכרון יעקב, תוך חיזוק מעמד התושבים הוותיקים כפעילים מובילים ומשפיעים בקהילה.

אנו שמחים וגאים להציג בפניכם את חוברת הפעילות לשנת תשפ"ד 2023-24 בזמארין במסגרת מועדון ח.צ.ב. - המחלקה לאזרח הוותיק. החוברת מחולקת למס' תחומי עניין:

- הקתדרה לתרבות - מגוון הרצאות עם טובי המרצים בארץ.
- חוגים, קורסים ופעילות העשרה עם מיטב המדריכים והמנחים.
- טיולים - נוסעי תרבות, טיולים בארץ, שביל ישראל.
- טיולים ונופשונים בארץ ובחו"ל.
- פרויקטים שנתיים במחלקה.

במהלך השנה נקיים פעילויות מגוונות נוספות - אירועי תרבות, סדנאות, סיורים לימודיים, הקשר הרב דורי, חודש האזרח הוותיק ועוד... כל המידע יפורסם במדיות החברתיות.

כל מה שנותר לכם הוא רק לבחור ולהגיע !

ועל כך תבוא הברכה -
צוות עמותת זמארין
צוות המועצה המקומית זכרון יעקב
מתנדבי ח.צ.ב בזמארין
ולכם ותיקים יקרים על האמון בדרך שלנו, על שיתוף הפעולה ולקיימת חלק בכל הפעילויות.

בברכת בריאות איתנה, שנת פעילות פוריה מלאה בצמיחה מבורכת

אורית ניידרמן
מנהלת המחלקה לאזרח הוותיק

אלון שנירר
מנכ"ל עמותת זמארין



הקתדרה לתרבות זמאריין 2023-2024

הרצאות בתחומים מגוונים מידי יום שלישי באולם זמאריין

נובמבר 2023

סדרת הרצאות: המוזות משוחחות

מרב ברק, מרצה בתחום האופרה והמוזיקה הקלאסית, מדריכה סיורי תרבות באירופה, עורכת התוכן של מיזם ARIA בקולנוע ובטלוויזיה מנחת קונצרטים, מפיקה וכותבת.

יום שלישי 7.11.23 בין השעות 9:00 - 10:30
ממוצרט לפופ-ארט

יום שלישי 14.11.23 בין השעות 9:00 - 10:30
גוסטב קלימט והתשיעית של בטהובן

יום שלישי 21.11.23 בין השעות 9:00 - 10:30
סיפורה של יצאנית

יום שלישי 28.11.23 בין השעות 9:00 - 10:30
פרימיטיביזם באמנות

סדרת הרצאות: מסעות מעצבי תודעה

יורם פורת, מרצה במוסדות תרבות מובילים ומפיק סרטים בחברת Outline Films, בעל תואר שני בתקשורת וקולנוע. עבד כצלם עיתונות וכתב במגזין נשיונל ג'אוגרפיק, ביים וצילם סרטים דוקומנטריים.

יום שלישי 7.11.23 בין השעות 11:00 - 12:30
גואטמלה ארץ הצבעים

יום שלישי 14.11.23 בין השעות 11:00 - 12:30
תעלומת אימפריית המאיה

יום שלישי 21.11.23 בין השעות 11:00 - 12:30
שירים פרחים וגולגלות - עולמם המופלא של האצטקים

יום שלישי 28.11.23 בין השעות 11:00 - 12:30
ונצואלה - מכרה זהב בפשיטת רגל

סדרת הרצאות: המסך נפתח
מורדי קרשנר, מרצה לקולנוע, במאי ומפיק סרטים דוקומנטריים.

יום שלישי 5.12.23 בין השעות 9:00 - 10:30
מרחק נגיעה

יום שלישי 19.12.23 בין השעות 9:00 - 10:30
סימני שאלה

יום שלישי 26.12.23 בין השעות 9:00 - 10:30
שטיסל

סדרת הרצאות: מדע פופולרי - חלל ואסטרונומיה, זואולוגיה ואנתרופולוגיה
ד"ר דניאל זלדס, בעל תואר דוקטור באלקטרו-פיזיולוגיה מהמחלקה
לנירוביולוגיה באוניברסיטה העברית בירושלים. הרצאותיו מלוות בהדגמות
ומצגות בקטעי סרטים קצרים.

יום שלישי 5.12.23 בין השעות 11:00 - 12:30
הורים וצאצאים בראי האבולוציה

יום שלישי 19.12.23 בין השעות 11:00 - 12:30
הטורף והנטרף - המותחן של הטבע

יום שלישי 26.12.23 בין השעות 11:00 - 12:30
עולם הפטריות הסבוך

סדרת הרצאות: טיפוח המוח
ד"ר סילביה מנדל, בעלת תואר שלישי בפרמקולוגיה מהפקולטה לרפואה של
הטכניון. חוקרת מוח עם ותק של 25 שנים בחקר מחלות של הזדקנות
ופיתוח תרופות.

יום שלישי 2.1.24 בין השעות 9:00 - 10:30
גם את המוח אפשר למתוח, מהי גמישות מוחית וכיצד?

יום שלישי 9.1.24 בין השעות 9:00 - 10:30
FOOD BRAIN מזון "על" לשמירת הזיכרון ומניעת ירידה קוגניטיבית

יום שלישי 16.1.24 בין השעות 9:00 - 10:30
סוגי זיכרון, השפעת הגיל וכיצד ניתן לחזקם

יום שלישי 23.1.24 בין השעות 9:00 - 10:30
המוח הראשון והמוח השני - הקשר בין חיידקי מעיים לחיי חברה, דיכאון וזיכרון

יום שלישי 30.1.24 בין השעות 9:00 - 10:30
מאחורי הקלעים של תעשיית התרופות - עד כמה אנו קרובים לרפא דמנציה (בעברית קיהיון) ומניעת ירידה קוגניטיבית

סדרת הרצאות: איטליה "לה דולצ'ה ויטה"
רחל ספיר, מדריכת טיולים וותיקה ומנוסה מתמחה באיטליה.
מרצה במכללות וקתדרות, בתי ספר לתיירות וקבוצות פרטיות.

יום שלישי 2.1.24 בין השעות 11:00 - 12:30
ונטו, האריה המכונף - בין הרי הדולומיטים לים האדריאטי

יום שלישי 9.1.24 בין השעות 11:00 - 12:30
בין הגשרים והתעלות של ונציה - העיר השלווה מכולן

יום שלישי 16.1.24 בין השעות 11:00 - 12:30
תחת שמש טוסקנה

יום שלישי 23.1.24 בין השעות 11:00 - 12:30
הולדת ונוס - הקסם של פירנצה

יום שלישי 30.1.24 בין השעות 11:00 - 12:30
טעימות באמיליה רומאניה - צפון איטליה

פברואר 2024

סדרת הרצאות: גנטיקה, למה ואיך?
ד"ר רעות מטר, בעלת תואר שני בגנטיקה ודוקטורט בביולוגיה תאית
והתפתחותית מהפקולטה לרפואה ע"ש סאקלר, אוניברסיטת ת"א.

יום שלישי 6.2.24 בין השעות 9:00 - 10:30
שימושים אפשריים ב "DNA"

יום שלישי 13.2.24 בין השעות 9:00 - 10:30
הגישה לסרטן ברפואה האיטית

יום שלישי 20.2.24 בין השעות 9:00 - 10:30
האם הגנים שלנו משפיעים על מחלות הפוגעות במוח?

יום שלישי 27.2.24 בין השעות 9:00 - 10:30
מחשבות והקשר שלהן לזקנה

סדרת הרצאות: מסע ליהדות אמריקה

עוז הרשור, איש מערכת הביטחון, חוקר יהדות אמריקה המתמחה בחקר הנאמנות הכפולה, מחבר הספר - "פולארד - אסיר ציון או מרגל שלומיאל?"

יום שלישי 6.2.24 בין השעות 11:00 - 12:30
אמריקה והנאציזם - על החצר האחורית של אמריקה

יום שלישי 13.2.24 בין השעות 11:00 - 12:30
חב"ד - איך חצר קטנה מבלארוס כבשה את העולם התורני

יום שלישי 20.2.24 בין השעות 11:00 - 12:30
חיבוק הדב האוונגליסטי - מי הם האוונגליסטים התומכים בישראל?

יום שלישי 27.2.24 בין השעות 11:00 - 12:30
"איבוני ואייבורי" מה התקלקל בברית בין השחורים ליהודים באמריקה

מרץ 2024

סדרת הרצאות: "חוויה מהסרטים" - קולנוע הנוגע בחיים

ענת שפרן אור, מרצה בכירה, פיתחה סוג ייחודי של הרצאות המשלבות חוויה של צפייה בסרט/ים, התבוננות מעמיקה ברבדים הנסתרים ובמשמעויות הסמליות של אומנות הקולנוע ודיון ברלוונטיות של כל סרט בחיים שלנו.

יום שלישי 5.3.24 בין השעות 9:00 - 10:30
טעמו של הפרי הבשל

יום שלישי 12.3.24 בין השעות 9:00 - 10:30
אלמודובר - מלודרמה של נשים וצבע ביצירתו

יום שלישי 19.3.24 בין השעות 9:00 - 10:30
יחסי אבות ובנים בקולנוע ובחיים

יום שלישי 26.3.24 בין השעות 9:00 - 10:30
הקולנוע הישראלי - ייחודיותו והצלחתו בשני העשורים האחרונים

סדרת הרצאות: עולם הבין החשאי - מבט מבפנים
סער קדמון, סיים לאחרונה 28 שנות שירות מרתקות במשרד ראש
הממשלה, כיהן במגוון תפקידים ייחודיים בארץ ובחו"ל כעובד וכמפקד.

- יום שלישי 5.3.24 בין השעות 11:00 - 12:30
סוכנים כפולים - מרגלים מסוג אחר
- יום שלישי 12.3.24 בין השעות 11:00 - 12:30
בין מציאות לדמיון בעולם הבין
- יום שלישי 19.3.24 בין השעות 11:00 - 12:30
ריגול בין ארצות ידידות
- יום שלישי 26.3.24 בין השעות 11:00 - 12:30
הפן האישי בעולם החשאי

אפריל 2024

סדרת הרצאות: יעדים אקזוטיים בעולם
משה פויסטר, צלם, מרצה, חוקר תרבויות ומדריך טיולים.
דניאל גולדברג, מדריכה מובילה של מסעות עומק אתנוגרפיים, מתמחה
ברוסיה, בבלקן ומרכז אמריקה. מרצה מנוסה, כותבת יומני מסע.

- יום שלישי 2.4.24 בין השעות 9:00 - 10:30
משה פויסטר: סלובקיה - עולמות קסומים בבטן האדמה
- יום שלישי 9.4.24 בין השעות 9:00 - 10:30
דניאל גולדברג: אוזבקיסטן - המשחק הגדול על דרך המשי
- יום שלישי 16.4.24 בין השעות 9:00 - 10:30
דניאל גולדברג: אוזבקיסטן - "היי לי עיר מקלט"
- יום שלישי 30.4.24 בין השעות 9:00 - 10:30
משה פויסטר: גאורגיה - הממלכה הקסומה

בברכת חג פסח אביבי ושמח

סדרת הרצאות: מפגשים עם הודו העכשווית
 מורן קושניר, יועצת ומרצה לתרבות הודו, מדריכת טיולים גיאוגרפיים
 במדינות המזרח הרחוק.

- יום שלישי 2.4.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 בהודו אוכלים פרות קדושות?
- יום שלישי 9.4.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 מומבאי - הטוב, הרע, היפה והמכוער
- יום שלישי 16.4.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 מערכת הקאסטות בהודו - עבר והווה
- יום שלישי 30.4.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 "על החיים ועל המוות" - נהר הגנגס הקדוש בהודו

מאי 2024

סדרת הרצאות : יש נביא בעירו
 מבחר הרצאות של מיטב המרצים תושבי זכרון יעקב.
 ההשתתפות בהרצאות בסדרה זו הינה ללא תשלום.
 ימי שלישי בין השעות 10:30 - 9:00
 פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.

סדרת הרצאות: תרבות וטבע מסביב לעולם
 דקלה ברלינסקי, מרצה בעלת נסיון רב ורקע נרחב בהנחיית קבוצות ובייעוץ
 ארגוני. מדריכת טיולים בכירה, מטיילת בעולם למעלה מ- 20 שנה.

- יום שלישי 7.5.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 הטבע הפראי של יפן כמעצב תרבות
- יום שלישי 21.5.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 הורה מדורה - חגיגות אש מסביב לעולם
- יום שלישי 28.5.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 טקסי בגרות מרתקים ברחבי העולם

סדרת הרצאות : יש נביא בעירו
 מבחר הרצאות של מיטב המרצים תושבי זכרון יעקב.
 ההשתתפות בהרצאות בסדרה זו הינה ללא תשלום.
 ימי שלישי בין השעות 10:30 - 9:00
 פרטים נוספים יפורסמו בהמשך.

סדרת הרצאות: ספרות ופילוסופיה נפגשות - הוגים וסופרים יחידים במינם
 ד"ר ניב גולדשטיין, דוקטורנט למחשבה מדינית. מרצה מומחה בתחום.

יום שלישי 4.6.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 כשקרל מרקס פגש את ג'ורג' אורוול

יום שלישי 11.6.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 כשניקולו מקיאוולי פגש את ג"י. קיי. רולינג

יום שלישי 18.6.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 כשהפאשיסטים פגשו את ג'וזף הלר

יום שלישי 25.6.24 בין השעות 11:00 - 12:30
 כשהאנרכיסטים פגשו את ויליאם גולדינג

**בחודשים יולי ואוגוסט 2024 תתקיימנה הרצאות
 במסגרת הקתדרה לאמנות ע"י מרצים מובחרים**

הקתדרה לתרבות - מחירון

ההרצאות מתקיימות באולם עמותת זמארין, רחוב שירה 5, זכרון יעקב.

עלויות:

הרצאה חד פעמית - 45 ₪

מנוי לסדרה בת 4 מפגשים - 140 ₪

מנוי לסדרה בת 5 מפגשים - 175 ₪

קרטיסיה - (8 כניסות, תוקף לשנה) - 304 ₪

לפרטים נוספים:

מחלקת האזרח הוותיק: 04-6297009

טלפון נייד - הודעות כתובות בלבד: 051-2690564

או במזכירות עמותת זמארין 04-6297000/1/7

חוגים

המחלקה לאזרחים ותיקים

זמארין 2023-2024

כושר ותנועה

פלדנקרייז

ימי ראשון בין השעות 9:00-10:00
בהדרכת ד"ר אורית שביט.

תרגול תוך ערך מוסף איך למנוע אלצהיימר.
שיטת התעמלות התורמת ליציבה, קואורדינציה, ריכוז ואפשרויות תנועה
חדשות לאופן בו אנו פועלים. שיפור איכות החיים והדימוי העצמי, להפחתת
מאמצים מיותרים ולשינוי הרגלים.
תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות: 130 ש"ח

קבוצת הליכה

ימי ראשון בין השעות 08:30-07:30, ימי רביעי 18:00-19:00
בהדרכת פנינה וסרמן

יציאה מרחבת דוריס קצבים.
פועל כל השנה | ללא עלות

זמבה גולד

ימי ראשון בין השעות 10:00-11:00
בהדרכת יעל מלר כרמלי

שיעור אנרגטי וכיפי, קצבי ומהנה משלב מוזיקה לטינית ומוזיקת פופ, פשוט
וקל לעקוב אחר הצעדים. נשפר את סיבולת לב ריאה וחוזק השרירים.
תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 130 ש"ח

פיזיותרפיה לגב

ימי שני 9:30-8:30 גברים בלבד, 12:30-9:30 נשים בלבד
בהדרכת סוזי פרסברג

פעילות בריאותית לתחזוקת הגב ולשיפור היציבה תוך שימוש בכיסאות,
בעמידה ובישיבה. חיזוק והארכת השרירים, שיפור שווי המשקל.
פועל כל השנה | ללא עלות

בתנועה בריאה

ימי רביעי בין השעות 10:00-09:00
בהדרכת שרון מנחמי

לשיפור התפקוד התנועתי- רצף תנועתי שבו נתאמן, נחזק, נגמיש ונרפה בהמון
הנאה והנעה שבתנועה.
תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 130 ש"ח

חוגים

המחלקה לאזרחים ותיקים

כושר ותנועה

ביודנסה

לנוע * להרגיש * להתחבר * לאהוב * לחיות *

ימי רביעי בין השעות 10:00-11:30

ימי שני בין השעות 17:30-19:00

בהדרכת מיכאל סלע

שיטת אימון המשלבת מוזיקה, תנועה, ומפגש אנושי לשחרור החיוניות לטובת חיים בריאים. מתאים לכל גיל ולכל רמת כושר, נשים וגברים כאחד. לרקוד את החיים בנוכחות מלאה.

שימוש במגוון גדול של קצבים וסגנונות מוזיקליים - סמבה...ג'אז.. אפריקאי... לטיני...קלאסי ועוד. פיתוח קשב לעצמנו וקשב לאחר.

מועד התחלה - אוקטובר 2023 | עלות 180 ש"ח



משחקי פטאנק

ימי שני ורביעי בין השעות 07:30-09:00

בהדרכת אבי שפיר ואלי שרי

נפגשים לשחק פטאנק במגרש המיוחד הממוקם בחורשת פוגה (מול ביי"ס נילי) פטאנק הוא משחק כדור ממשפחת הכדורת ומקורו בצרפת. הספורט משלב טקטיקה, יכולת חשיבה ריכוז וקואורדינציה בו גברים ונשים מתחרים בצוותא באותה קבוצה או זה מול זה.

פועל כל השנה | ללא עלות

פילאטיס

ימי חמישי בין השעות 10:00-11:00

בהדרכת יעל מלר כרמלי

שיעור פילאטיס מחזק ומאריך את הגוף, עובד על גמישות השרירים והמפרקים ובעיקר מחזק את את שרירי ה-CORE המחזיקים את הגב.

אחרי השיעור מרגישים ארוכים יותר וחזקים יותר.

תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 130 ש"ח

ריקודי בטן

ימי חמישי בין השעות 11:00-12:00

בהדרכת יעל מלר כרמלי

שיעור כייפי ומרגש, קצבי וסוחף.

נלמד את יסודות ריקודי הבטן נתחבר לגוף ובעיקר לאגן, נלמד לשחרר את הגוף ולהניעו בצורה מעגלית, נתחבר לנשיות ובעיקר עיסוי לגוף ולנשמה.

תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 150 ש"ח

חוגים

המחלקה לאזרחים ותיקים

חדש
בזמארין

חוג טניס שולחן למבוגרים
בהדרכת יעקב כרמלי, אלי שרי
בכל הרמות, ללא תשלום.
הרשמה מראש חובה.

אמנות והעשרה

חדש
בזמארין

פסיכודרמה ודמיון מודרך
ימי שני בין השעות 10:00-11:30
בהדרכת חופית חן, בוגרת תואר שני בטיפול באמנויות במכללת סמינר הקיבוצים.
הנכם מוזמנים לקבוצת פסיכודרמה.
בקבוצה זו נשתמש בכלים מעולם הדרמה והתיאטרון.
הקבוצה תאפשר חשיבה משותפת, הבנה והעמקה בנושאי הפרישה,
ההתמודדות עם בני המשפחה וכן נושאים המעסיקים אותנו זאת באמצעות
למידה תמיכה ויעוץ הדדי.
תאריך התחלה: אוקטובר 2023 | עלות 150 ש"ח

תכשיטנות

ימי ראשון בין השעות 10.00-12.00
בהדרכת מיכל ניב נהוראי
עיצוב תכשיטים ייחודיים מחוטי מתכת משולבים בחרוזים ואבנים יפות.
הכרת המתכת ותכונותיה השונות תוך שימוש בכלים שונים (פלייר, פטיש, סדן
ועוד), לימוד טכניקות שונות ליצור ועיצוב תכשיטים.
תאריך התחלה: אוקטובר 2023 | עלות 220 ש"ח (כולל כלים וחומרים)

פסיפס

ימי ראשון בין השעות 9:30-12:30
בהדרכת שרון שוורץ
חוגי פסיפס מתאימים לכל האוכלוסייה. גם בגילאים מתקדמים ניתן להנות
מהאומנות שהפסיפס מציע במיוחד כאשר יש לכך יתרון בפיתוח היצירתיות,
החשיבה וחידוד הזיכרון. במסגרת החוג נכיר את עולם הפסיפס, השימוש במגוון
חומרים וטכניקות שונות, פסיפס עתיק, פסיפס מודרני ומחזור חומרים.
תאריך התחלה: אוקטובר 2023 | עלות 290 ש"ח (כולל כלים וחומרים למעט
ערכה בסיסית שנתית).

חוגים

המחלקה לאזרחים ותיקים

אמנות והעשרה

קרמיקה

ימי שלישי ורביעי בין השעות 9:30-12:30, ימי שלישי בין השעות 18:00-21:00
בהדרכת אדווה שמר
פיסול ויצירה בחומרי קרמיקה של חפצים לשימוש ביתי ואומנותי. עבודה עם
חומרי וצבעי קרמיקה, שריפה בתנור, יצירה חופשית, לימוד טכניקת צביעה ואיור.
תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 280 ש"ח (כולל חומרים ושריפה בתנור
למעט החומר).

ציור ורישום

ימי ראשון ורביעי בין השעות 9:00-12:00
בהדרכת פבלה פאריק

"כל אחד יכול" חוג המשלב טכניקות מעורבות תוך שימוש בחומרים מגוונים.
שימת דגש על קומפוזיציה, אור וצל, תוך מימוש היכולת האישית. התנסות
במופשט, חצי מופשט, ציורי פנטזיה וציורים ריאליסטיים.
תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 220 ש"ח

אומנות בעיסת נייר

ימי חמישי בין השעות 10:00-12:30
בהדרכת שלומית יוסיפוב

במפגשים נלמד ליצור עם חומר פשוט וממוחזר ממנו ניתן ליצור חפצי אומנות
ואומנות שימושית - קערות, פסלים, גופי תאורה, מסכות, בובות, תוך הכרה
והתנסות בטכניקות שונות בשילוב חומרים מגוונים וגימור בצבעים שונים.
תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 260 ש"ח (כולל ציוד וחומרים)

סורגות קהילה

ימי שני בין השעות 9:30-11:00

בהדרכת אסתר רותם, אורנה וולף

מיזם סריגה ארצי משותף, המהווה בסיס לקהילה יוצרת עם אהבה לתחום.
שילוב של מפגש חברתי יוצר כאשר כל התוצרים נתרמים למטרות חברתיות
ולטובת הקהילה.

תאריך התחלה: אוקטובר 2023 | ללא עלות

מועדון קריאה

ימי ראשון פעם בחודש בין השעות 11:00-12:30

בהדרכת מירי רונן

מפגש דיון בספרים נבחרים. בכל מפגש הדיון מונחה ע"י אחד מהמשתתפים,
במהלך השנה נקיים מפגשים עם סופרים משוררים ויוצרים מוכרים.

תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | ללא עלות

חוגים

המחלקה לאזרחים ותיקים

מקרמה ועוד

ימי שלישי בין השעות 17:00-18:30

בהדרכת רעות סמרה

שילוב של יצירתיות וחומרים להכנת מוצרים וחפצי נוי לבית, מתלים לנייר,

מראות, מחזיק לנר ולעציצים ועוד

תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 180 ש"ח (כולל ציוד וחומרים)



חוג צפרות - מה ולמה?

בהדרכת דרור לביא לבקוביץ'

עיסוק מאתגר וחדש הכולל יציאה אל הטבע הקרוב אלינו המשופע במינים

שונים של ציפורים,

נצפה בהתנהגות ואורח החיים של הציפורים תוך צילום וזיהוי ושמירה על ערכי

הטבע של הציפורים. נרכוש ידע ונשפר מיומנות ונלמד על קשרי הגומלין שבין

האדם והציפורים. נלמד לזהות את מיני הציפורים, נעמוד על צרכיהם המיוחדים

ונבחין בבתי הגידול שלהם.

ימים שעות ועלויות יפורסמו בקרוב | התחלה - אוקטובר 2023

שפות

ספרדית

ימי ראשון, שלישי ורביעי בין השעות 9:30-11:00

בהדרכת סילבי קליימן

ספרדית אנו מדברים אליכם - חוג ללימוד השפה הספרדית.

תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 180 ש"ח

אנגלית

ימי שני בין השעות 10:00-11:00

בהדרכת ליויה לוי

לימוד ותרגול, עיתונות ושיחה קולחת, דקדוק ודיוק השפה. לשיפור הביטחון

העצמי במהלך שיחה.

תאריך התחלה: ספטמבר 2023 | עלות 110 ש"ח

שיח צרפתית

ימי שני בין השעות 9:30-10:30

בהדרכת ג'אלה ארדיטי

לשיחה רהוטה וקולחת, בחיי היום יום, מיועד לבעלי ידיעה בסיסית בשפה הצרפתית.

תאריך התחלה: אוקטובר 2023 | ללא עלות

איטלקית

חוג ללימוד השפה האיטלקית | פרטים בהמשך.

קורסים

המחלקה לאזרחים ותיקים



קורס הכשרת כותבים לוויקיפדיה העברית

בהדרכת ד"ר רותי אלסטר

עמותת ויקימדיה ישראל פותחת מחזור נוסף להכשרת כותבים לוויקיפדיה העברית - קורס מקוון עבור אזרחים ותיקים. ההכשרה מתמקדת בעקרונות הליבה של הכתיבה והעריכה בוויקיפדיה.

למה צריך קורס כדי לכתוב בוויקיפדיה?

כתיבה בוויקיפדיה דורשת מיומנות וניסיון על מנת לעמוד בכללים ובסטנדרטים שהתקבלו באתר לאורך השנים. הקורס מאפשר למשתתפים לקבל את הכלים והידע הנדרשים לעריכה ולכתיבה של ערכים בוויקיפדיה בעברית.

למה זה חשוב?

ויקיפדיה היא האנציקלופדיה הפתוחה והשיתופית הגדולה בעולם. היא מקור ידע חשוב, מהימן וזמין, והיא מובילה שינוי חברתי על ידי הנגשת מידע. כחברים בקהילת ויקיפדיה העברית, אתם תהיו חלק מקבוצה התורמת והמשפיעה מבחינה תרבותית וחינוכית על ציבור דוברי העברית.

למי זה מתאים?

הקורס מתאים במיוחד לאזרחים ותיקים הודות לידע הרב ולניסיון שנצבר לאורך השנים.

יש לך מומחיות מיוחדת? מעולה!

כתיבה בוויקיפדיה היא דרך מצוינת לשתף קהל רחב ומגוון בידע שלך.

מה כולל הקורס?

- 12 שיעורים - המפגש הראשון והאחרון יערכו פרונטלית בעמותת זמארינ.
 - יתר המפגשים יערכו בזום בהנחיית ד"ר רותי אלסטר.
 - לימוד כתיבה אנציקלופדית - איסוף מידע, כתיבה ניטרלית, הפניה למקורות מידע.
 - רכישת מיומנויות בסיסיות של שימוש בממשק ויקיפדיה.
 - תרגול באמצעות פרויקט אישי של כתיבה בוויקיפדיה.
 - סביבת למידה עשירה ומובנית.
 - חניכה אישית וסיוע בעזרת כותבים מנוסים בוויקיפדיה - כולל משוב, תמיכה וליווי בפתרון בעיות.
 - ערך מוסף - בוגרי הקורס מוזמנים למפגשי העשרה נוספים ולפעילויות קהילת ויקיפדיה העברית - כנסים, הרצאות ופעילויות חברתיות.
- מועד התחלה: 26.11.2023 (6 שבועות ברצף) | עלות הקורס : 150 ש"ח

קורסים

המחלקה לאזרחים ותיקים

חדש
בזמארין

קורס סטיילינג ומיתוג אישי לנשים- כי אין שני לרושם ראשוני
בהדרכת ענת נחושתאי, סטייליסטית אישית ויזמית בתחום האופנה, בעלת ניסיון רב שנים בהנחיית סדנאות בתחום האופנה והיופי. 5 מפגשים בני שעה וחצי כל אחד.

מה נלמד במסגרת הקורס?

- אבחון מבנה גוף, כיצד תתלבשי באופן הכי נכון לך.
- התאמת צבעים, הסודות ליצירת מראה מעניין.
- מהי מלתחה חכמה? מהי צריכה נכונה.
- כיצד להתאים את האביזרים כך שיקפיצו כל מראה.
- תרגיל מסכם למיתוג האישי, מהו הסגנון הייחודי של כל אחת. בואי לגלות את עצמך מחדש, כי ליופי אין גיל... מועד התחלה ועלויות יפורסמו בהמשך

חדש
בזמארין

HOME SWEET HOME - קורס לעיצוב הבית

בהדרכת מיה חסון, ענת נחושתאי

בואו ללמוד כיצד ניתן לעצב לרענן ולשדרג חללים בבית בלי לשבור קירות או תכנית חסכון. נעצב ונלביש את הבית ונהפוך את החלל לחמים ונעים בטכניקות פשוטות וקצת דמיון.

מה נלמד בקורס?

- הכרות עם עולם העיצוב וסגנונות העיצוב
- תורת הצבע ליצירת אווירה
- קומפוזיציה ויצירת חלל הרמוני נעים
- אביזרים וטקסטיל- התבלין שעושה את ההבדל. מועד התחלה ועלויות יפורסמו בהמשך.

RGM - שיפור וחיזוק הזיכרון

לאמץ ולהמריץ את המוח

שיטת RGM, היא שיטה רב-חושית שנועדה לאמן ולהמריץ את המוח בשילוב הגוף, ע"י מוסיקה, תנועה וקצב. השיטה מיועדת לאנשים בריאים שרוצים לשפר את יכולת הריכוז, הזיכרון והקואורדינציה שלהם וכן לאנשים שסובלים ממחלות מוח שונות כמו מצב לאחר אירוע מוחי, פרקינסון ועוד.

השיטה מועברת בקבוצות או בטיפולים אישיים. היא מבוצעת בחלקה בישיבה ובחלקה בעמידה, לפי יכולת המתאמנים תוך שימוש במצגת ובתירגול.

קורסים

המחלקה לאזרחים ותיקים

חדש
בזמארין

פוטותרפיה

בהדרכת ענת גורפינקל

קורס בן 8 מפגשים חווייתיים המעניקים הזדמנות להתבוננות ודיוק דרך שיח ותמונות. הקורס משלב מושגים מעולם הפסיכולוגיה, טכניקות מתחום הצילום הנוגעות לתהליכי יצירה לצורך הבעה ויצירת דימויים שונים. פוטותרפיה ככלי טיפולי וחלון דרכו נראה דברים מיוחדים הנסתרים מהמובן מאליו. אורך כל מפגש כשעתיים | מועד התחלה ועלויות יתפרסמו בהמשך.

חדש
בזמארין

קורס עומק באמנות - על גברים... נשים ומה שביניהם

בהדרכת ד"ר רונית פליסטרנט סחייק, מרצה בכירה לאמנות והיסטוריה, לימדה שנים רבות בחוג לתולדות האמנות באוניברסיטת תל אביב, כיום חוקרת בבית הספר להיסטוריה, ת"א.

בקורס נעסוק באחד הנושאים החמים, העסיסיים והמסקרנים ביותר -
■ כיצד עוצבה לאורך ההיסטוריה השונות הבסיסית שבין גבר לאישה?
■ כיצד התייחסו האמנים לדמות הגבר לעומת דמות האישה ומה מכל אלה נשאר עד היום?

נדון בנושא דרך מספר יצירות מפתח ידועות ואהובות בתרבות המערבית, אשר באמצעותן נעקוב אחר מהות השוני בין אישה וגבר, מאפייני המגדר וערכי האסתטיקה השונים שהוללו והודגשו באמנות לאורך התקופות, נתוודע לדמויות היסטוריות ולגיבורות תרבות שהטביעו את חותמן על תרבות המערב, באמנות החזותית, במוזיקה ובקולנוע.

נושאי השיעורים:

1. כשאלת היופי מחליטה ללכת להתקלח - סוד העירום הנשי
2. הדוריפורוס - מה נושא לעד הגבר על כתפו?
3. ונוס מאורבינו - אישה שרועה על מצע פנטזיות גבריות
4. הו אופליה - כמה יפה יכול להיות מוות נשי?
5. דיוקני אלכסנדר מוקדון - הצעיר המפורסם שכבש את העולם (במיוחד לחנוכה)

מועד התחלה נובמבר 2023

חוגים ... חוגים... קורסים... איך נרשמים?

שנת החוגים תשפ"ג - תשפ"ד תחל בספטמבר 2023, חלק מהחוגים יתחילו באוקטובר 2023, שימו לב לפירוט המופיע בדף החוגים.

- השתתפות בחוגים מחייבת הרשמה מראש בהתחייבות לשנת פעילות מלאה.
- קיום כל חוג מותנה בהרשמה מספקת של משתתפים.
- ניתן להגיע לשיעור הכרות ללא התחייבות, זאת בתיאום עם מחלקת האזרח הוותיק.
- ההרשמה תתבצע באמצעות משרדי עמותת זמארין.
- ביטול חוגים - יש להודיע שבועיים מראש על ביטול השתתפות. החיוב יערך עד לסוף החודש בו נרשמה הבקשה.

לביצוע הרשמה - לרשותכם :

משרדי זמארין - 04-6297001/7

משרד מחלקת וותיקים - (כולל תא קולי) 04-6297009

נייד חצב - הודעות כתובות בלבד - SMS או WhatsApp 051-2690564 - לכל פנייה ניתן מענה באמצעות הודעה כתובה לאישור הרשמתכם.

- חלק מהחוגים והקורסים כרוכים בתשלום וחלקם ללא עלות.
- מחירון החוגים והקורסים מופיע בצמוד לכל חוג וקורס.
- יש חוגים בהם יגבה תשלום נוסף עבור חומרים, יש לשים לב לפירוט המופיע בכל חוג.
- לחוגי התנועה יש להצטייד במזרון אישי, מגבת, שמיכה או סדין דק, בגדים נוחים, בקבוק מים.
- הודעות ושינויים ימסרו באמצעות הודעות כתובות, באמצעות המייל ובאתר עמותת זמארין.





טיולי ארץ ישראל זמארין 2023-2024

טיולים וסיורים בדרגת קושי קלה מותאמים לוותיקים

יום שני, 11.9.2023

העיר חיפה - הסיפור הציוני בהדר הכרמל
בהדרכת גלי נחום

חיפה על פי חזונו של הרצל, נטייל מגן בנימין אל הטכניון הישן ונשמע על סיפורי התיישבות וסגנונות בנייה ייחודיים, מדרחוב נורדאו, הטכניון הישן, מתחם שוק תלפיות המתחדש. יינתן זמן לארוחת צהרים בכל המסעדות שנפתחו באזור. נמשיך למתחם העיריה ונסיים בתצפית בגן הזיכרון בסיפורה של חיפה בשנת תש"ח.

יום ראשון, 20.9.23

סיור סליחות בעיר צפת
בהדרכת ליאורה פינסקי

נתחיל בביקור בפארק עמק התכלת.
נמשיך לצפת - העיר המשדרת ניגודיות מעניינת, שזורה בקונפליקטים שונים והופכים אותה למקום מיוחד. נסייר בסמטאות ונבקר במס' בתי כנסת. העיר משמשת מוקד רוחני עוצמתי, פה התבודדו רבי שמעון בר-יוחאי, פה ערך ר' יוסף קארו את ה"שולחן ערוך" - ופה התגורר ר' שלמה אלקבץ לו מיוחס כתיבת הפיוט "לכה דודי". פה גדל המקובל רבי משה קורדובירו - מי שהיה מורו של האר"י הקדוש. נקנח בשירים וסיפורים הקשורים לסליחות ולחגי תשרי.

יום שני, 30.10.2023

הרודיון - מבט מצפון לדרום - חוויה שלא תשכח
בהדרכת ד"ר נחום שגיב

המלך הורדוס הלך לעולמו בשנת 4 לפני הספירה והובא לקבורה בהרודיון - מבצר וארמון המצוי מדרום לירושלים. הורדוס תכנן את האתר כך שימש לו כאחוזת קבר ובנוסף הוא הקים עיר תחתית ששימשה מרכז מנהלי אזורי. האתר נחפר בחלקו בשנות ה-60 עוד בתקופת השלטון הירדני באזור. חפירות משמעותיות ועבודות שיחזור בוצעו באתר מראשית שנות ה-70 על ידי פרופ' אהוד נצר. האתר בולט על פני האזור כולו מתנשא ומרשים וגם החלקים האחרים שנחשפו מעניינים ומרגשים.

טיולי ארץ ישראל

טיולים וסיורים בדרגת קושי קלה מותאמים לוותיקים

שני, 30.11.2023

"המרד" - הישוב היהודי מול המנדט הבריטי

בהדרכת משה חרמץ

נסייר לאורך שנות המנדט האחרונות בארץ: 1945-1947 בהן התרחש מאבק אלים, רווי שנאה ותיעוב הדדי בין הישוב היהודי לבין שלטון המנדט בעיר ירושלים. במסגרת הטיול נבקר במוזיאון אסירי המחתרות, מלון המלך דוד ומרכז מורשת מנחם בגין - סיפור מורשת אבי המרד מנחם בגין.

שני, 25.12.2023

סיור כריסמס בכפרי הגליל

בהדרכת תרצה ניב

בימים של חג המולד, באווירה חגיגית המאחדת את כל העדות נחשף לתהלוכה ברחובות, לתזמורות ובני נוער, מיסה בכנסייה וסוכריות לאורחים, קישוטים, צבעים, אורות ובתים פתוחים המארחים בסבר פנים יפות. נבקר בתרשיחא - כפר בו מוסלמים, נוצרים וגם עולים מרומניה התיישבו בבתים הנטושים. נשוטט בסמטאות בעלי המלאכה המקושטות לקראת החג. בתי המלאכה הפכו לגלריות, לחנויות, לבית קפה ומאפיות. נבקר בכנסייה החדשה ונכיר את העדות השונות בכפר. נמשיך למעילייא, כפר נוצרי, נתרשם מהאווירה החגיגית, מהכנסייה המקושטת, עץ חג המולד ומהבתים המקושטים בכפר. נסיים בכפר פסוטה - כפר של נוצרים, יוונים-קתולים בלבד. נבקר בכנסיות ובסמטאות המקושטות בימי החג. ניפגש עם רימה - סיפורה של אישה מודרנית המגשימה את עצמה ומלווה גם את צעירי הכפר בתהליך של התבגרות ויצירה. עם חשיכה נצפה באורות הדולקים ומקשטים את האזור.

שני, 10.1.2024

סודות הבהאים בחיפה והכרמל

בהדרכת שי רוזן

הדת הבהאית, מהצעירות בדתות העולם, רואה בארץ ישראל את ארץ הקודש שלה ואת העיר חיפה כמרכז העולמי. במהלך הסיור נעסוק בהיווצרות הדת, הקשר שלה לארץ ישראל ככלל וחיפה בפרט. נבקר בחלק מאתרי הקודש של הדת בעיר המוכרים כ"אתרי מורשת עולמית" על ידי ארגון אונסק"ו ביניהם "מתחם הקשת" ו"המרכז הבהאי העולמי", הגנים הבהאים, "הרובע הבהאי" בעיר התחתית ועוד.

טיולי ארץ ישראל

טיולים וסיורים בדרגת קושי קלה מותאמים לוותיקים

שני, 5.2.24

הבדווים במדבר יהודה - עולם הולך ונעלם

בהדרכת ד"ר ירון עובדיה

נצא לצפון מדבר יהודה להכיר את החברה הבדווית שכמעט ולא נחקרה ותרבותה הולכת ונעלמת. נבקר בבקעת נועיימה ליד עוג'ה, נמשיך ל "נבי מוסא" ונבקר במאהל המתקשר "ח'אן אל אחמר".

שני, 4.3.2024

טיול פריחות, חורף של פרחים וסיפורים בגליל התחתון

בהדרכת נעמי גושן

נבקר במושב היוגב בו מצוי כרם שקדים פורח ומרהיב, נצפה בפריחה של תורמוס ההרים סמוך לכפר נעורה. נצא להליכה קלה בגבעות בית קשת מול ביה"ס החקלאי כדורי ובינות אלוני התבור בהם נהנה מפריחת כלניות ורקפות. נבקר ברחוב המייסדים בכפר תבור ובכיכר השומר. ולסיום - נסיעה למושבה יבנאל לביקור בחצר של סבתא צילה - חצר היסטורית ששופצה - נשמע את סיפור המשפחה והמושבה.

יום שני, 1.4.24

מפגשים על קו הרכס "ואדי ערה שלא הכרתם"

בהדרכת טל רז

הטיול יתמקד ברכס הצפון מערבי של השומרון - רכס הר אמיר המזמן נופים מרהיבים, טבע, גיאופוליטיקה, צורות יישוב שונות ומפגשים עם אנשים מעניינים. תוך כדי סיור נחשף לחלק ממנהגי הרמדאן שחל בחודש זה. נשמע על גלגולה של העיר חריש החל מהקמתה כקיבוץ, הכרזת הפיכתה לעיר החרדית החמישית בגודלה בארץ ופיתוחה כיום. נערוך סיור בכפר אום אל קטף, תצפית מרהיבה, טיול קצר בטבע בהתאם לפריחה. המשך הליכה עד בית אומי. בבית המסורתי בו גדל בכפר אום אל קטף, ליקט אבו חאלד, פריטים שונים מהמורשת הערבית המקומית: כלי עבודה חקלאיים, כלי בית, תעודות ומסמכים מראשית המאה העשרים. "הבית על הוואדי" - במרומי הר אמיר בישוב קציר, בנו במו ידיהם בני הזוג טל רז ונעם זמיר בית עץ ייחודי הצופה אל הנוף, הבית משמש כאבן שואבת לאומנים ומעצבים, וכמקום למפגשי קיום משותף בוואדי ערה. ברטעה - נחשף לסיפורו המורכב של הכפר החצוי ונשמע על ההכנות לשבירת צום הרמדאן.

טיולי ארץ ישראל

טיולים וסיורים בדרגת קושי קלה מותאמים לוותיקים

יום שני, 20.5.2024

עכו למתקדמים

בהדרכת אבירמה האריס

נהנינו מעכו ולא שבענו?

גם השנה בעכו - ביקור בבית הכנסת הטוניסאי 'אור תורה' אחד מבתי הכנסת היפים בארץ כולו אומנות פסיפס, נבקר במוזיאון אסירי המחתרות (לשעבר 'כלא עכו' הידוע לשמצה), נסייר בין אגפי הכלא ונשמע את הסיפור המרתק של המחטרות והבריחה משם.

נתארח בבית ה-JNF ונשמע כיצד יהדות התפוצות ויוזמה ישראלית "מניפים" תיירות גלילית איכותית.

נטעם אומנות בעכו - תיאטרון פרינג', צייר חברתי ואומן רחוב ואם יתאפשר - על שייט בסירה לא נוותר.

בחודשי הקיץ - יוני יולי ואוגוסט יתקיימו סיורים וטיולים בהתאם לתנאי מזג האוויר

מחיר כל טיול יקבע בהתאם לעלויות השונות:
הסעה, הדרכה, מוקד טבע
מגיש עזרה ראשונה חמוש וכניסות לאתרים



נוסעי תרבות ושביל ישראל זמארין 2023-2024

נוסעי תרבות

סיורים מודרכים למוזיאונים, מיצגים ותערוכות ברחבי הארץ.
הסיורים בדרגת קושי קלה מותאמים לוותיקים.
הסיורים יתקיימו פעם בחודשיים בימי רביעי האחרונים של כל חודש.
פרסום יופיע כחודש לפני יציאה לכל סיור.
המחיר יקבע בהתאם לעלויות הכוללות של כל סיור -
נסיעה באוטובוס ממוזג, הדרכה מקצועית וכניסה לאתרים.

שביל ישראל

ממשיכים בדרך - שביל ישראל
בהדרכת מגוון מדריכים ייחודיים לטיולי שביל ישראל.
המסלולים בדרגת קושי קלה, מותאמים לאזרח הוותיק,
אורך מירבי של כל מסלול עד 8 ק"מ.
המחיר יקבע בהתאם לעלויות של כל טיול: הסעה, הדרכה, מוקד טבע
מגיש עזרה ראשונה חמוש וכניסות לאתרים.
פרטים יפורסמו בסמוך למועד של כל טיול

טיולים ונופשונים בארץ ובחו"ל זמארין 2023-2024

נופשונים בארץ

ספטמבר 2023

בין כסה לעשור: מוסיקה ומופעים מלון כפר גלעדי

ינואר 2024 "המיטב בעשור"

פסטיבל מוסיקלי מלון רויאל גארדן אילת

מרץ - אפריל

ים המלח

טיולים לחו"ל

אוגוסט / ספטמבר 2023

פוליה, איטליה

אוקטובר 2023

מרוקו

נובמבר / דצמבר 2023

עיירת נופש כולל טיפולי ספא (סלובקיה, צ'כיה, איטליה, בולגריה)

מרץ 2024

היער הקסום בקפריסין

אפריל 2024

פטרה, ירדן

מאי 2024

אוזבקיסטן - בהדרכת דניאל גולדנברג

יוני 2024

"פולין היהודית" בהדרכת משה חרמץ

אוקטובר 2024

"סרדיניה וקורסיקה" - בהדרכת רחל ספיר

יתר הטיולים
והנופשונים
יפורסמו
בהמשך

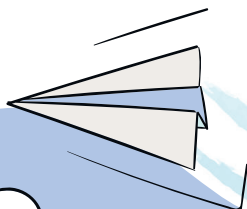
תקנון טיולים

נהלי הרשמה

- הרשמה תפתח חודש לפני כל טיול, תזכורות תשלחנה בהתאם.
- תשלום באמצעות כרטיס אשראי/ מזומן / המחאה
- אתר זמארין בכתובת: WWW.ZAMARIN.ORG.IL
- משרדי זמארין - 04-6297000/7/9
- משרד המחלקה לאזרח הוותיק - 04-6297009 (כולל תא קולי)
- נייד להודעות כתובות בלבד - SMS או ווטסאפ בלבד 051-2690564
- רישום לטיול מובטח באמצעות תשלום בלבד.
- 3 ימים ראשונים שמורים להרשמה לתושבי זכרון בלבד, לאחר מכן תפתח הרשמה לתושבי האיזור.

ביטול השתתפות בטיול

- יש לשלוח הודעת ביטול לנייד 051-2690564 (SMS / ווטסאפ).
- תשובה כתובה תשלח בהתאם.
- ביטול עד שבוע ממועד הטיול - יתקבל זכוי מלא.
- ביטול של 6 ימים ועד יומיים ממועד הטיול - יחוייב בעלות של 25% ממחיר הטיול.
- ביטול של 48 שעות לפני מועד הטיול - יחוייב בעלות של 50% ממחיר הטיול.
- ביטול 24 שעות לפני הטיול - יגבה תשלום מלא.
- מקרים מיוחדים יבדקו לגופם, אישורים ידרשו בהתאם.
- במקרה של איחור או אי הגעה - יערך חיוב מלא.
- מטיילים שיגיעו ברכבם הפרטי יחוייבו במחיר מלא של הטיול.
- לכל טיול תפתח קבוצת ווטסאפ להודעות ועדכונים.
- יש לחתום על הצהרת בריאות פעם בשנה.
- במקרה של שינוי במצב הבריאותי במהלך השנה - נא לעדכן את צוות המשרד.
- אין שמירת מקומות באוטובוס. כולנו מתחשבים זה בזה.
- הנהלת זמארין שומרת לעצמה את הזכות לערוך שינויים במועדים ובמסלולי הטיולים בהתאם למזג האוויר ולאילוצים מיוחדים. הודעות תמסרנה מראש.
- יש להקפיד על הציוד המתאים הנדרש לכל טיול על פי הרשימה המתפרסמת.



פרויקטים שנתיים במחלקת ותיקים זמארין 2023-2024

כיתת ותיקים

כחצול הוא בלבילכם....

מסגרת לימוד והעשרה לאזרחים וותיקים תוך חיזוק הקשר הבין דורי בין תלמידי בית הספר לבין האזרח הוותיק.

השנה נתחיל את הלימודים בחודש אוקטובר 2023 ונסיים ביוני 2024. השיעורים יתקיימו בימי חמישי בין השעות 8.30-12.30 בעמותת זמארין, שירה 5 זכרון יעקב.

בחרנו עבורכם מגוון שיעורים בתחומים שונים הכוללים - אומנות, מקרא, קולנוע, מדע וטכנולוגיה, תנועה ועוד...

במהלך השנה נשלב הרצאות ופעילות חד פעמית זאת על מנת להעשיר את התוכנית. מעבר לכך נקפיד על הקשר הבין דורי בין התלמידים הצעירים לתלמידים הוותיקים ניתן תשומת לב מלאה ללקיחת חלק בפעילות המיוחדת של התיכון בטקסים השונים, בחגים ובמועדים.

בברכת שנה טובה ופורה בפעילות אימונית וזריכה.

באים לטוב זכרון יעקב

אם אתם תושבי זכרון יעקב בני 60 ומעלה, ומעוניינים להקדיש מזמנכם ולהצטרף לעשייה משמעותית, בפעילות התנדבותית - מקומכם אתנו! הנכם מוזמנים להצטרף ל"באים לטוב - זכרון יעקב" - המערך הלאומי להתנדבות ותיקים בו אלפי מתנדבים ביישובים שונים ברחבי הארץ. באים לטוב - זכרון יעקב מופעל על ידי עמותת זמארין, תוך התקשרות בין המועצה המקומית לבין החברה למתנ"סים, בשיתוף פעולה עם רכזת המתנדבים במועצה המקומית ובשילוב התוכניות השונות הקיימות ביישוב (בחלקן מתנדבים כבר אזרחים ותיקים), בפיתוח וגיבוש יוזמות ותחומי התנדבות חדשים.

המעוניינים לשמוע פרטים ולהצטרף ל"באים לטוב - זכרון יעקב" מוזמנים לפנות אלינו, במייל או בטלפון:

ד"ר גתית חרפק, רכזת יישובית - באים לטוב, gititharpak@gmail.com

טלפון: 052-6212577

מאירה צוק - 050-6488487, meiratzook@gmail.com

פרויקטים שנתיים במחלקת ותיקים זמארין 2023-2024

תור הזהב

תוכנית תרבות ופנאי המיועדת לתושבי הישוב הוותיקים והיא מביאה איתה שפע של פעילויות תרבותיות, מורשת, סיורים, מופעים אזוריים גדולים ותוכניות בין דוריות. פעילות תור הזהב מתקיימת בשת"פ עם המחלקה לשירותים חברתיים במועצת זכרון יעקב מטרת התוכנית להנעים והעשיר את קהילת הוותיקים בשכונות השונות ולחשוף אותם לפעילויות מיוחדות. חלק מהפעילות מתקיימת בעמותת זמארין וחלקה ברחבי הארץ. תור הזהב מופעלת על ידי הובלה משותפת של מתנדבים מקהילת הוותיקים בזכרון יעקב. פועל כל השנה

קבלות שבת

פעם חודש נערוך קבלת שבת באולם זמארין שירים ושיח בנושא השבת ואהבת האדם ימי שיש אחה"צ | הכניסה חופשית תאריכים ונושאי המפגשים יפורסמו בהמשך.

מועדון זמר - ממשיכים לשיר

פעם בחודש בימי שלישי נקיים ערבי שירה בנושאים שונים ומגוונים, תוך אהבה לארץ ולמולדת. הרכבים מוזיקליים שונים של זמרים ואמנים שונים בלווי כל נגינה מגוונים. מיקום ותאריכים יפורסמו מידי חודש.

המחלקה לאזרח הוותיק

דרכי התקשרות

04-6297009

04-6297021

ניתן להשאיר הודעה קולית

051-2690564 נייד להודעות כתובת בלבד

אתר זמארין www.zamarin.org.il

שעות קבלה ומזנה טלפוני

ימים א'-ה' 9:00-16:00

ימים ו'-שבת המשרד סגור

חולשות וחגים

שנת הפעילות תשפ"ד 2023 - 2024 תחל בספטמבר 2023
חלק מהחוגים יחלו בספטמבר וחלקם באוקטובר

סוכות 7.10.23 - 29.9.23	יום כיפור 25.9.23 - 24.9.23	ראש השנה 17.9.23 - 15.9.23
שבועות 12.6.24 - 11.6.24	יום הזכרון לחללי מערכות ישראל יום העצמאות 14.5.24 - 13.5.24	פסח 29.4.24 - 22.4.24



חפשו אותנו בפייסבוק - ח.צ.ב - האזרח הוותיק זכרון יעקב ועשו לנו לייק