



סדנאות יום קצרות

לזוגות, משפחות וקבוצות

כל הסדנאות מיועדות לקהל הרחב ללא צורך בניסיון קודם, ומועברות על ידי מנחים מקצועיים בתחומם.

סדנאות יצירה



קרמיקה

התנסות חווייתית ויצירתית בעולם הקרמיקה, הכוללת היכרות עם חומר הגלם ויצירה אישית בעבודת יד.

משך הסדנה שעתיים
מספר משתתפים עד 12 משתתפים
טווח גילאים מגיל 6 ומעלה



פיסול וכתיבה

סדנה המשלבת יצירה במילים ובחומר: יצירת טקסט אישי מגזירי מילים,
ובהשארית יציאה לפיסול אינטואיטיבי בחימר

משך הסדנה שעתיים
מספר משתתפים עד 20 משתתפים
טווח גילאים מגיל 16 ומעלה



רישום בפחם

התנסות ברישום אינטואיטיבי וטבע דומם באמצעות פחם.

משך הסדנה שעתיים
מספר משתתפים עד 12 משתתפים
טווח גילאים מגיל 8 ומעלה



צבע יוצר

יצירה מונחית עם מכחולים וצבע – כל אחד מוזמן לחוויה של צבע ורגש.

משך הסדנה שעתיים

מספר משתתפים עד 15 משתתפים

טווח גילאים מגיל 5 ומעלה



הפקת צבעים מצמחים, אדמות ומינרלים הנמצאים בסביבתנו. נלקט, נכיר את המרכיבים ושיטות העיבוד, נתנסה בתהליך ולבסוף ונצייר בצבע טבעי. נקבל כלים מעשיים להמשיך ולייצר צבעים בבית.

משך הסדנה שעתיים

מספר משתתפים מינימום 6 משתתפים מקסימום 15

טווח גילאים מגיל 12 ומעלה



הדפס שמש (ציאנוטיפ)

סדנה חווייתית של אחד מתהליכי ההדפס המוקדמים ביותר ע"י שימוש בנייר רגיש לשמש ואלמנטים מהטבע. ההדפסים מודפסים על גבי ניירות איכותיים כך שניתן למסגר אותם ולתלות על הקיר.

משך הסדנה שעה וחצי

מספר משתתפים עד 12 משתתפים

טווח גילאים מגיל 5 ומעלה



קולאז' הנשמה

הכנת קולאז' אישי להנאה, חיזוק וחיבור לחוכמה העמוקה שבתוכי. בסדנה כל משתתף יכין קולאז' בתהליך מונחה עם שלל חומרים והשראה. כחלק מהסדנה נשמע כל משתתף ואת תהליך העבודה שלו.

משך הסדנה שעה ורבע

מספר משתתפים מ 2 עד 12 משתתפים

טווח גילאים מגיל 8 ומעלה

סדנאות גוף נפש



קול ותנועה

סדנת תנועה המשלבת קשב לגוף, קול ואימפרוביזציה בליווי מוסיקה חיה

משך הסדנה שעתיים

מספר משתתפים עד 20 משתתפים

טווח גילאים מגיל 16 ומעלה



יוגה רכה (כולל עיסוי פנים)

תרגול דינאמי ורך יחד עם תרגילי נשימה.
ניתן להוסיף תרגול לעיסוי פנים עצמי, עם או בלי שמן

משך הסדנה שעתיים
מספר משתתפים עד 15 משתתפים
טווח גילאים מגיל 16 ומעלה



יוגה קונדליני

דרך תרגול פיזי, נשימות, מדיטציה ומנטרות מתחזקת האינטואיציה,
משתחררים מתחים ונפתח הלב

משך הסדנה שעתיים
מספר משתתפים עד 15 משתתפים
טווח גילאים מגיל 16 ומעלה



ויניאסה יוגה

שיעור בסגנון האטה וויניאסה, רצף זורם ונעים של תנוחות ונשימה, לשחרור עומסים והתמלאות באנרגיה חדשה, מתאים לכל הרמות

משך הסדנה שעתיים
מספר משתתפים עד 20 משתתפים
טווח גילאים מגיל 16 ומעלה



שטיפת גונג

קשב לצלילים מרפאים בתדרים מיוחדים של קערות טיבטיות וגונג, שיוצר חוויה של הרפיה עמוקה ושטיפת הגוף והנפש.

משך הסדנה כשעה

מספר משתתפים החל מ 6 עד 25 משתתפים

טווח גילאים לכל הגילאים



דרמה אימפרוביזציה

מפגש של חיבור בין אנשים באמצעות תרגילים משעשעים ועדינים בדרמה (משחקי תיאטרון).

משך הסדנה שעתיים

מספר משתתפים מ 10 עד 30 משתתפים

טווח גילאים מגיל 16 ומעלה

סדנאות נוספות



תצפית כוכבים

תצפית שמיים ותצפית בעזרת טלסקופיים מקצועיים בשמיים הטובים ביותר
לצפייה בישראל

משך הסדנה שעתיים
מספר משתתפים עד 50 משתתפים
טווח גילאים מגיל 5 ומעלה



בעקבות עקבות

סיור בעקבות חיות הבר בנאת המדבר (זאבים, פראים, צבאים, תנים, נחשי אפעה מגוון ומטבעון מדברי, קוצנים וקיפודים), בשילוב סיפורי ומשחקי גששות.

*ניתן להוסיף יציקת עקבות בגבס בתוספת תשלום

משך הסדנה שעה וחצי

מספר משתתפים עד 20 משתתפים

טווח גילאים מגיל 5 ומעלה



סיור אתונות

האתונות היפות חלימה וסלימה הלכו לאיבוד. לאורך המסלול נצטרך למצוא אותן דרך חידות גששיות שיעזרו לנו להגיע אליהן. לכשנמצא את האתונות נרכב עליהן לטיול במדבר, נדליק מדורה, נשתה תה רועים מתוק, נאכל תמרים אורגניים ונספר סיפורים.

משך הסדנה ארבע שעות
מספר משתתפים עד 12 משתתפים
טווח גילאים מגיל 5 ומעלה



רוקחות טבעית שמן עיסוי

סדנה להכנת שמן עיסוי מצמחי מרפא מקומיים. בסדנה נלקט צמחי בר בגינות התבלין המיוחדות שלנו ונכין מהן שמן מרפא אותו תוכלו לקחת הביתה.

משך הסדנה שעותיים וחצי
מספר משתתפים מ 6 עד 20 איש
טווח גילאים מגיל 10 ומעלה



רוקחות טבעית שפתונים

סדנה להכנת שפתונים מחומרים טבעיים מקומיים, בצבעים שונים. בסדנה נלמד ונכין 2-3 שפתונים למשתתף.

משך הסדנה שעותיים וחצי
מספר משתתפים עד 12 איש
טווח גילאים מגיל 12 ומעלה