



"אחרי כמעט 40 שנות הוראה, זה הזמן שלי להיות תלמידה!"

עירית בן יצחק
גמלאית הסתדרות המורים

מכללת אשמורת לגמלאים חיפה

גמלאי הסתדרות המורים

בואו ליהנות מקורסים מרתקים, הרצאות ופעילויות העשרה חווייתיות במגוון עולמות תוכן ובהשתתפות טובי המרצים והמנחים בארץ!

קורס מדריכי דיגיטל

אנחנו מציעים תפקיד חדש וייחודי של מדריכי דיגיטל לאזרחים ותיקים. במסגרת הקורס המשתתפים יקבלו הזדמנות להעמיק את הידע הדיגיטלי שלהם בסמארטפון וללמוד כלים ומתודולוגיות עדכניות להקניית מיומנויות דיגיטליות. בוגרי הקורס יוכלו לשמש כמדריכי דיגיטל במסגרת פעילות החברה הכלכלית לאזרחים ותיקים.

ללימוד הקורס נדרש מכשיר סמארטפון.

היקף הקורס: 5 מפגשים בני 4 שעות אקדמיות
מיקום: מתנ"ס נווה יוסף רחוב הרב משאש יוסף 1 חיפה
יום ושעה: ימי ג' בין השעות 14:00-10:00
בתאריכים: 4.2, 11.2, 18.2, 25.2, 3.3

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 550
מחיר לצרכן: ₪ 3,000

התנדבות ומתנדבים - שלב ראשון

קורסים המכשירים להתנהלות אפקטיבית בעולם ההתנדבות והמתנדבים. משתתפי הקורס יחשפו לעקרונות ההתנדבות החדשה ובקורס הראשון יקבלו כלים להעצמתם האישית דרך ערוץ ההתנדבות. הקורס השני מכשיר לניהול מתנדבים - גיוס, תפעול ושימור מתנדבים.

היקף הקורס: 3 מפגשים בני 3 שעות
מיקום: בית אבא חושי, אבא הלל סילבר 71, חיפה
יום ושעה: ימי ב' בין השעות 12:30-9:30
תאריכים: 10.2, 3.2, 27.1

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 405
מחיר לצרכן: ₪ 980

"מפתחות הקסם לתקשורת מקרבת"

שפה אסרטיבית ויעילה המאפשרת ביטוי בהיר של רגשות, צרכים ובקשות מתוך הקשבה לזולת ומתוך אכפתיות אנושית. בקורס ילמדו הנושאים: מהו מנחה? מהי קבוצה? מיומנויות הנחיה. עמידה מול קבוצה ושעות מעשיות בשטח.

משתתפי הקורס בשלב המתקדם יוכלו להשתלב בהנחיה בגנים ומוסדות חינוך.

היקף הקורס: 5 מפגשים בני שעות וחצי
מיקום: בית אבא חושי, אבא הלל סילבר 71, חיפה
יום ושעה: ימי ג' בין השעות 12:00-10:00
תאריכים: 10.3, 3.3, 25.2, 18.2, 11.2, 10.3

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 480

קורס מתנדבים - גיוס, ניהול ושימור - שלב שני

בקורס זה יחשפו הלומדים לאסטרטגיות חדשניות מעולמות הניהול. ילמדו כלים יישומיים לגיוס מתנדבים והשתתפות לתפקידים המוטאמים לחזקויותיהם. הלומדים יתנסו בטכניקות לשימור מתנדבים וילמדו שיטות עבודה כיצד להפוך את המתנדבים לנכס משמעותי עבור המערכת.

היקף הקורס: 4 מפגשים בני 3 שעות
מיקום: בית אבא חושי, אבא הלל סילבר 71, חיפה
יום ושעה: ימי ב' בין השעות 12:30-9:30
תאריכים: 16.3, 2.3, 24.2, 17.2

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 510
מחיר לצרכן: ₪ 1,200

קורס מנהלי קהילות

המשתתפים יוכשרו בקורס מקיף ויסודי הכולל ניהול קהילה אוכליין ואוכליין, ארגון אירועים וחוגי בית, הנחיית קבוצות, בניית תדמית דיגיטלית ונוכחות דיגיטלית. בוגרי הקורס יוכלו לתפקד כמנהלי קהילה באזור מגוריהם מטעם החברה הכלכלית לאזרחים ותיקים.

ללימוד הקורס נדרש מכשיר סמארטפון.

היקף הקורס: 5 מפגשים שבועיים בני 3 שעות אקדמיות.
מיקום: בית אבא חושי, אבא הלל סילבר 71, חיפה
יום ושעה: ימי ג' בין השעות 13:00-10:00
בתאריכים: 4.2, 11.2, 18.2, 25.2, 3.3

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 450
מחיר לצרכן: ₪ 2,400

סדנת גישור

היכרות עם הגישור ככלי אפקטיבי לבניית הסכמות ופתרון קונפליקטים בארגון. הקניית כלים גישורים כגון - ניהול מו"מ משתתף, פתרון קונפליקטים, זיהוי נושאים ואינטרסים. פיתוח מיומנויות ניהוליות הלקוחות מעולם הגישור כגון - הקשבה, שאלת שאלות, ניסוח מחדש. בסיום הקורס תוענק תעודת השתתפות בסדנת גישור מטעם "גומא".

היקף הקורס: 5 מפגשים בני 4 שעות
מיקום: סניף גומא - המרכז הישראלי לגישור, ההסתדרות 21, צ'ק פוסט, חיפה
יום ושעה: ימי ה' בין השעות 14:00-10:00
תאריכים: 5.3, 12.3, 19.3, 26.3, 2.4

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 700
*** לא קיים קורס במתכונת הזאת לציבור הרחב**

יסודות השיווק הדיגיטלי כאמצעי עזר

קורס ייחודי למי שמעוניין לבנות מכוחות דיגיטלית ברשת ולא בטווח כיצד להתחיל. במכנס הראשון נגדיר מטרות יעדים, נפלח את קהל היעד ונכיר את הרשתות החברתיות השונות. במכנסים הבאים נתמקד בצילום ועריכת תמונה, וידאו ברשת, ווטסאפ, פייסבוק ואינסטגרם. בסוף הקורס כל משתתף יבנה לעצמו אסטרטגיית תוכן ותכנית עבודה, יידע לעבוד חכם עם רשימת תכופה, יבין מה לעשות עם פייסבוק ואינסטגרם בכדי לקדם את העסק שלו בצורה חכמה ברשת.

ללימוד הקורס נדרש מכשיר סמארטפון.

היקף הקורס: 5 מפגשים שבועיים - 3 שעות אקדמיות למכנס
מיקום: מתנ"ס נווה יוסף רחוב הרב משאש יוסף 1 חיפה
יום ושעה: ימי א' בין השעות 13:00-10:00
בתאריכים: 2.2, 9.2, 16.2, 23.2, 1.3

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 450
מחיר לצרכן: ₪ 2,000

כתיבה יוצרת בעידן דיגיטלי

קורס לכתיבה עיתונאית, שיווקית וניו מדיה יעניק לך את הכלים הנדרשים להתנהלות נכונה, בעידן החדש. איך נגשים לכתיבת טקסט? האם יש דרך להפוך פוסט או ידיעה ליוזאלי? האם כל ידיעה שאתם קוראים היא עיתונאית או שמנסים למכור לכם מוצר? בקורס תקבלו את הרקע לכתיבה עיתונאית ואישית וכלים מעשיים שישתרו אתכם ביומיום.

היקף הקורס: 8 מפגשים בני 3 שעות
מיקום: בית אבא חושי, אבא הלל סילבר 71, חיפה
יום ושעה: ימי א' בין השעות 12:30-9:30
תאריכים: 2.2, 9.2, 16.2, 23.2, 1.3, 8.3, 15.3, 22.3

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 940
מחיר לצרכן: ₪ 2,750

קורס סטילינג אישי

איך מפתחים סגנון אישי מתוך השפע העצום שמסביב? איך יודעים להתאים אותו למקום ולזמן ומצליחים לבלוט בין כולם? בקורס ננסה לענות על שאלות אלה ועוד. נלמד על ההצפה הקיימת היום בדימויים ובתדמיות, על העידכון המתמיד בכל מה ש"שוק" ו"נכון" ו"שווה" בחיפה העולם דרך מסכי הטלוויזיה והסמארטפונים. נלמד על טרנדים, אופנות, מגמות, רעיונות, תפיסות ומקורות השראה.

היקף הקורס: 6 מפגשים בני 3 שעות
מיקום: בית אבא חושי, אבא הלל סילבר 71, חיפה
יום ושעה: ימי א' בין השעות 12:30-9:30
תאריכים: 28.1, 4.2, 11.2, 18.2, 25.2, 3.3

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 640
מחיר לצרכן: ₪ 2,400

העולם הדיגיטלי ב"קצה המזלג" - מיומנויות נדרשות להתנהלות יעילה בעידן החדש

פעם כשרציתם להזמין טיסה הייתם הולכים לסוכנות נסיעות, מחכים בתור, יושבים עם הסוכנת, מחפשים ומזמינים טיסה. היום נכנסים לאתרים כמו סקייסקר ומזמינים טיסה בקליק והרבה יותר זול. פעם כשרציתם להגיע למכונת אוטומטית או מפות ונהגים כאשר המכה מכסה את השמשה והרדיו פתוח כדי לשמוע דיווחי תמועה בכל חצי שעה. היום פשוט פותחים ויז. פעם חשבתם 10 פעמים אם לצלם תמונה ו 20 פעם אם לפתח את הפילם. היום מצלמים בלי סוף, שולחים, משתפים, עורכים ויוצרים אלבומים בקליק ברשת.

בואו ללמוד על אינסטגרם, פייסבוק, ווטסאפ, יוטיוב, צילום, צרכנות, אפליקציות ואתרים משני חיים, לחסוך כסף ולהרגיש הכי בעניינים.

היקף הקורס: 5 מפגשים בני 3 שעות
מיקום: בית אבא חושי, אבא הלל סילבר 71, חיפה
יום ושעה: ימי א' בין השעות 13:00-10:00
תאריכים: 5.3, 12.3, 19.3, 26.3, 2.4

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 480

קורס NLP (גלפי)

גישת ה-NLP מאפשרת לזהות דפוסי חשיבה חוזרים אצל האנשים הסובבים אותנו וגם שלנו עצמנו, מה שמאפשר לנו לחולל שינויים משמעותיים בחיינו בפרק זמן קצר. למידה, התפתחות ושכלול היכולות המיומנות שלנו מאפשרים רוחה נפשית ובריאותית וניהול המשך החיים שלנו כאנשים מתפקדים, מושבים ובעלי חזוה ותשוקה לחיים.

בחמישה מפגשי סדנה, כל מפגש בן 3 שעות יחשפו הגמלאים לעולם ה-NLP, לשפה ולתקשורת מודעת ולא מודעת בין אנשים, יתנסו ויקבלו כלים פרקטיים ויומיומיים ליישום במפגשים עם עצמם ועם האנשים בחייהם, במטרה לחיות חיים מאוזנים, בריאים ומקדמים עבורם ואף להציב לעצמם מטרות שיאפשרו המשך פריחה ותנועה.

היקף הקורס: 5 מפגשים שבועיים בני 3 שעות
מיקום: מרכז גומא לגישור, רח' ההסתדרות 21, צ'ק פוסט, חיפה
יום ושעה: ימי ה' בין השעות 12:30-9:30
בתאריכים: 13.2, 20.2, 27.2, 5.3, 12.3

מחיר מיוחד לפיילוט למשתתף אשמורת: ₪ 819
לא קיים קורס במתכונת הזו לציבור הרחב