



Розклад лекцій

23–26 листопада

23.11. 16:00–18:30 1–8 СТ.

24.11. 08:00–18:45 9–25 СТ.

25.11. 08:00–18:30 26–41 СТ.

26.11. 09:00–11:00 42–45 СТ.

23.11.
16:00–17:00

Четвер



Лідовський Олексій
Oleksiy Lidovsky

Засновник та керівник міжнародного маркетингового та PR-агентства повного циклу JDC Prioritet. Експерт у сфері Маркетингу, Digital-маркетингу та PR

Більше, ніж просто банери: мистецтво створення волонтерських рекламних кампаній

Як створити рекламну кампанію для волонтерських проєктів, яка працюватиме? У цій лекції ви дізнаєтеся про основні механізми ефективних рекламних кампаній, специфіку привернення уваги до волонтерських ініціатив та методик мотивації людей до участі. Я розповім, чому стандартні рекламні підходи тут не працюють і як створити контент, який торкнеться серця аудиторії. Перетворіть свої ідеї на дійсний вплив на суспільство!

Лекція



Кириченко Олександр
Kyrychenko Oleksandr

Волонтер гуманітарного напрямку ГО «Зграя», мадрих, Рош цевет. За освітою актор театру та викладач театральної майстерності. Працював на телебаченні редактором ток-шоу «Говорить Україна»

Волонтерство як глобальний проєкт

Вічно можна говорити всього про декілька тем, одна з яких - волонтерство! І звісно, про життя. Тож в рамках сесії-тренінгу поспілкуємося про волонтерство як спосіб життя. Висвітлимо ідеї для залучення додаткових донатів і як це переростає в глобальну ідею. А ще – побрейнштормимо усі разом задля розвитку світлої діяльності, себе та нашого соціуму.

Лекція-тренінг



Кошина Віола
Koshyna Viola

Засновниця БФ "Незламний Харків", мадриха, організатор лідерських курсів, методист

М-мотивація або як це бути незламним у Харкові

Ви чули про концепцію реакцій людини на стресові ситуації "Замри - біжи - бийся - здавайся"? Ні, ми не будемо про неї говорити, та наша відповідь була "Бийся!", так і виник "Незламний Харків". Де ми беремо мотивацію йти тільки вперед і робити сьогодні трішки більше, ніж вчора? А от про це ми і поговоримо у рамках сесії.

Лекція-тренінг



Сербінович Олена
Serbinovych Olena

Понад 15 років у медіа: Журналістика, копірайтинг, консультування зі стратегічних комунікацій

Просування івентів та спільнот у соцмережах та медіа

Розбір етапів просування анонсу/події/звіту про івент у соцмережах та ЗМІ. Як писати прес-реліз та пост-реліз, які формати матеріалів обирати, чим відрізняється просування у соцмережах та ЗМІ, розбір конкретних кейсів, коротка практика.

Тренінг



Едгарова Іванна
Edgarova Ivanna

Експерт національної премії "Краща українка у професії", громадський діяч, меценат, операційний директор (волонтер) БФ "ВІМЕНЗ ЕЙД ІНТЕРНЕТШНЛ" (2021-2022), PR-менеджер МБФ "Єврейський Хесед "Бней Азріель", магі при Президентові України, автор 8 наукових статей. Делегат України на засідання Комітету ФАО ООН (2008), член робітничих міжурядових груп та комісій, член робочої групи "Україна-ЄС".

Соціальне проектування: лайфхаки побудови та управління проектом

Соціальне проектування – кому, навіщо, коли та чому це потрібно? Давайте відповімо на це питання, а разом пройдемося по всіх етапах проектування від кристалізації ідеї через ефективний опис та інструменти оцінки до управління змінами. Вчимося формувати, конструювати і досягати соціально важливих цілей, розвиваючи себе!

Тренінг



Тімакіна Катерина
Timakina Kateryna

Голова психологічного напрямку ГО «Фонд Маша», клінічна психологиня, консультантка в методах КПТ, Схема терапії. Тренерка з психологічної стійкості для фахівців першої лінії в Sane Ukraine trauma education and resilience project, тренерка з бойової резильєнтності ГО «Боривітер».

Стресостійкість та навички самодопомоги

Тренінг з психологічної стійкості та практичних навичок самодопомоги. Ми навчимося поєднувати сучасну нейронауку та тілесні практики, щоб врегулювати свій стан та вміти надавати першу психологічну допомогу іншим. Будемо говорити про розуміння своїх станів та як давати з ними раду.

Психологічний тренінг



Машковська Владислава
Mashkovska Vladislava

Координатор освітніх програм Гілель Одеса

**Імерсивна експозиція робіт фотожурналістів
Девіда Сеймура (Чіма) від музею АНУ**

Презентація і фото виставка робіт Чіма. Імерсивне зображення його робіт, дискусія на тему ролі фотокореспондентів під час воєнних дій та після них. Проект створений сумісно з АНУ (Музей єврейського народу, Тель-Авів)

Лекція



Деменко Ірина
Demenko Iryna

Психологиня, лектор, тренер, супервізор, менеджер навчального центру, організатор івентів .

**Стратегія поведінки
в конфліктних ситуаціях**

Люди постійно потрапляють у конфліктні ситуації й уникнути цього просто нереально. Втім важливо вміти вирішувати суперечки так, аби не нашкодити собі та своїй ситуації. Тож які є стратегії поведінки та як віднайти найкращий варіант вирішення конфлікту - спробуємо розібратися разом. І конфлікту в нас точно не буде:)

Психологічний тренінг



Мінєєва Вікторія
Mineeva Victoria

Координатор освітніх програм та PR мережі "Volunteer Community" в Україні, методист, едьюкейтер.

Волонтерство. Що ми тут забули?

Як часто ми зупиняємо у марафоні життя та питаємо себе про те, навіщо насправді ми витрачаємо купу власного ресурсу та часу на допомогу іншим? Чи думаємо ми про ту силу, яка рухає нас дорогою добра та допомоги, витягуючи з-під теплої ковдри, гостей, від родини, серіалу... Чи даємо ми собі правдиві відповіді. Тож на цій сесії спробуємо на годинку зупинитися та поговорити по душах самі з собою про те, а що ми ДІЙСНО робимо тут, у волонтерстві.

Тренінг



Мерсер Ніл Mercer Neil

Організаційний тренер у навчальному центрі "Tuval Organisational Effectiveness" у Верхній Галілеї на півночі Ізраїлю. Переїхав до Ізраїлю з Лондона ще в 1986 році. З 1997 року автор та тренер майстерень командоутворення – «лабораторій», в якій учасники можуть експериментувати зі своєю командною роботою та стилями лідерства з метою надання їм можливості вчитися та розвиватися як особистість, команди чи групою.

Командоутворення. Індивідуальна робота ВЦ LEV

Тренінг

Мої семінари пропонують учасникам час та простір для вирішення проблем, пов'язаних з командною роботою, управління та лідерство через експериментальне навчання. Вони створені для органічних робочих команд, для колег, які хочуть ділитися та навчатися на досвіді роботи один одного або навіть учасників курсів, які зустрічаються вперше. У майстернях для навчання менеджменту чи розвитку лідерства, учасникам надається можливість керувати командою разом із отриманням відгуків колег про їхню поведінку. Я нагромадив величезний досвід роботи з різними типами груп, яким з радістю ділюся з вами!



Мартиненко Ольга Martunenko Olha

Режисер, художній керівник БК, ведуча святкових заходів, аніматор

Знайомство

Заняття для дітей

Перша зустріч у новому колективі – дуже особливий момент, можливо, саме ця зустріч вплине на майбутнє кожного учасника конференції. Граємо у веселі ігри та знайомимося один з одним!



Кириллов Станіслав Kyryllov Stanislav

Музикант, актор, волонтер

Перкусійне коло

Арт-терапія

Чи можуть незнайомі або малознайомі люди, які здебільшого не грають на барабанах, не артисти і не музиканти, створити єдину мелодію душі, яка здатна підвищити психо-емоційний стан і подарувати почуття свободи? Перевіримо у рамках цього тренінгу:)



Наникіна Ілона
Nanykina Ilona

Тренер з риторики та фізіогноміки

Риторика – розмовляй зрозуміло

Кажуть, що говорити переконливо – це мистецтво. І ми віримо – значить, переконливо кажуть. Звичайно, вивчити всю цю науку за годину сесії у нас точно не вийде, але ми спробуємо переконати вас у тому, що освоїти механізми струмка, коли люди чують, що ми їм говоримо, під силу кожному!

Ігрове заняття
Тренінг



Новіков Володимир
Novikov Volodymyr

Архітектор, член Національної спілки архітекторів України

Арт-терапія «Розфарбовка в стилі дудлінг та зентангл»

Дивне слово «дудлінг» означає машинальне малювання – ті самі каракулі та начерки на полях, які ми робимо, сидячи на нудній нараді або приймаючи дзвінки. Але останні дослідження показують, що частина з нас дудлінгує не від нудьги, а як спосіб емоційної розрядки. Давайте разом поринемо у світ медитації з ручкою та папером і, за одне, розберемося і з технікою "зентангл", бо кажуть, що вона тільки для перфекціоністів.

Арт-терапія



Альтшулер Анна
Altshuler Anna

Координаторка Dnipro Volunteer Community, мадриха та організаторка освітніх заходів, психологиня

«Мамо, я в ресурсі»

Психологічний тренінг, який допоможе учаснику визначити його особисті шляхи боротьби зі стресом та джерела ресурсу для волонтерської діяльності і повсякденного життя.

Тренінг



Хатуєва Еліна
Khatueva Elina

Кризовий психолог

Жіночі архетипи

Згідно з деякими концепціями, світ складається з пар протилежностей, які перетікають одна в одну, з'єднуються, призводячи до появи вищих форм організації. Але ми розберемося з цією темою простіше – рефлексуючи стани через іграшки та метафоричні асоціативні карти.

Арт-терапія



Тімакіна Катерина
Timakina Kateryna

Голова психологічного напрямку ГО «Фонд Маша», клінічна психологиня, консультантка в методах КПТ, Схема терапії. Тренерка з психологічної стійкості для фахівців першої лінії в Sane Ukraine trauma education and resilience project, тренерка з бойової резильєнтності ГО «Борівітер».

Стресостійкість та навички самодопомоги

Тренінг з психологічної стійкості та практичних навичок самодопомоги. Ми навчимося поєднувати сучасну нейронауку та тілесні практики щоб врегулювати свій стан та вміти надавати першу психологічну допомогу іншим. Будемо говорити про розуміння своїх станів та як давати з ними раду.

Психологічний тренінг



Сімачова Світлана
Simachova Svitlana

Практична психологиня, сертифікована тренерка-медіаторка ГО "Ла страда Україна".

Відновні практики. Знайомтесь: техніка «Коло»

Здавалося б, справлятися з власними емоціями – справа не хитра, вони ж наші та керувати ними маємо ми. Але не завжди це так. Іноді емоції не дають нам зістрибнути з емоційних гойдалок, які надто швидкі, або "виплюнути жуйку думок", яку набридло жувати. Де взяти на це ресурс? На сесії освоїмо ефективність застосування техніки "Коло" для прийняття спільних рішень, знаходження власного ресурсу, вирішення конфліктів. Практичне заняття.

Психологічний тренінг



Войталюк Тетяна Voytalyuk Tetyana

З 2002 року – частина команди Всеукраїнської жіночої єврейської організації "Проект Кешер". Понад 20 років проводжу різноманітні заходи для жінок-волонтерів у всій Україні: тренінги, семінари, конференції. Протягом своєї діяльності навчаюся та покращую її. Тому пройшла навчання за програмою "Інноваційні арт-терапевтичні методи нейромалювання в роботі фахівців, які допомагають професії".

Арт-терапія

Нейромалювання – супровід до кращого життя

Майстер-клас з нейромалювання – це незабутній досвід, що поєднує творчість, релаксацію та пізнання себе. Нейромалювання – це практика, що сприяє необхідним особистісним змінам, звільняє від психологічних блоків та моделює нову бажану реальність. Метод дозволяє не лише дослідити свій внутрішній світ та покращити увагу, а й сприяє саморозвитку та покращенню якості життя.



Толок Наталія Nataliya Tolok

Голова ГО ЗУЦ Гілень у м. Львові. Перекладач, викладач, екскурсовод. Учасниця хореографічного ансамблю "Єврейські мініатюри" при ВЕБФ "Хесед-Ар'є", яка веде численні МК із ізраїльських та традиційних ашкеназьких танців. Випускниця літньої школи ізраїльського танцю у Великій Британії "Machol Europe" та Літньої Школи Культури Ідіш "Yiddish Summer Weimar" за традиційним єврейським танцем.

Танцювальний майстер-клас

Штетл данс і не тільки

У чому унікальність традиційного єврейського танцю та його особливість, що танцювали на єврейських святах? Танець як розмова та самопрезентація – про все це ви не тільки дізнаєтесь, але вдало реалізуєте на практиці



Мерсер Ніл Mercer Neil

Організаційний тренер у навчальному центрі "Tuval Organisational Effectiveness" у Верхній Галілеї на півночі Ізраїлю. Переїхав до Ізраїлю з Лондона ще в 1986 році. З 1997 року автор та тренер майстерень командоутворення – «лабораторій», в якій учасники можуть експериментувати зі своєю командною роботою та стилями лідерства з метою надання їм можливості вчитися та розвиватися як особистість, команди чи групою.

Тренінг

Командоутворення. Індивідуальна робота ВЦ Lutsk VC

Мої семінари пропонують учасникам час та простір для вирішення проблем, пов'язаних з командною роботою, управлінням та лідерством через експериментальне навчання. Вони створені для органічних робочих команд, для колег, які хочуть ділитися та навчатися на досвіді роботи один одного або навіть учасників курсів, які зустрічаються вперше. У майстернях для навчання менеджменту чи розвитку лідерства, учасникам надається можливість керувати командою разом із отриманням відгуків колег про їхню поведінку. Я нагромадив величезний досвід роботи з різними типами груп, яким з радістю ділюся з вами!



Асланян Христина Aslanian Khrystyna

Бухгалтер. В голові – цифри,
а в серці – творчість

Майстер-клас для дітей

Майстер клас для дітей «Веселий котик»

Творчі майстер-класи для дітей розвивають у дітлахх одночасно фантазію та посидючість, уважність, терпіння, моторику та креативне мислення. Тож будемо розвивати в майбутніх волонтерах усі ці якості через створення неймовірно веселого котика.



PJ Library PJ Library

"Піжамна бібліотечка" – частина міжнародної програми PJ Library, заснованої в 2005 році американським єврейським філантропом Гарольдом Грінспуном. З 2019 року програма розпочала свою роботу в Україні.

Майстер-клас для дітей

Казки на ніч з «Піжамною бібліотечкою»

Ми не хочемо переривати традицію вечірніх казок для дітей перед сном, яка, впевнені, склалася в кожному будинку. Тому, запрошуємо почитати казки та пофантазувати, щоби сни були яскраві та барвисті! А ще – можна вибрати улюблену книгу та отримати її у подарунок. Читання та обговорення книг, які надає передплатникам PJ Library, об'єднує не лише різні покоління однієї сім'ї, а й єврейські сім'ї, які мешкають у різних країнах.

Вечір волонтерських талантів "Ізраїль&Україна – єдині". Ведуча – Юлія Савіна

24.11.
8:00–9:00

П'ЯТНИЦЯ

Ранкова активність



Рафальський Олег
Rafalskyi Oleh

Дипломований тренер-викладач з боксу
Керівник кафедри фізичного виховання
коледжу ВСП РФК НУБіП України

**Ранкова руханка з елементами
силового-фізичного навантаження**

Ранкова зарядка надає комплексний вплив на організм. Вона активізує кровообіг, прискорює обмін речовин. Завдяки покращеному кровотоку всі внутрішні органи отримують достатнє харчування та починають значно активніше функціонувати. У тому числі мозок для навчання на Конференції.



Блануца Андрій
Blanutsa Andrii

Президент ГО Спортивний клуб Науковець,
тренер та організатор івентів з бігу
і скандинавської ходьби

Скандинавська хотьба

Скандинавська хотьба – вид фізичної активності, у якій використовується методика занять і техніка ходьби з використанням спеціальних палиць, схожих на лижні. Це версія ходьби з навантаженням для всього тіла, котрою можуть займатися як неспортсмени для оздоровчої фізичної активності, так і спортсмени, як вид спорту.



Мазурок Ганна
Mazurok Hanna

Багато років займаюся йогою та,
як волонтер, проводжу заняття майже
рік в Хеседі

Практика з Аштанга-йоги

Йога має безліч напрямків та шкіл, втім, в основному більшість практик включають вивчення технік дихання, медитації та різних динамічних та статичних позицій, що дозволяють впливати на безліч м'язових груп. У той самий час така активність має багато переваг психічного здоров'я. Нескладні асани зранку подарують заряд енергії та умиротворення на весь день.



Смуров Давид
Smurov David

Консультант по здоровому способу життя

Суглобна гімнастика

На сьогодні налічують безліч методик занять суглобовою гімнастикою, як традиційних, перевірених багатовіковою практикою, так і сучасних інноваційних авторських технологій суглобової гімнастики, які виправдані як ефективні. Тож попрактикуємо деякі з них.



Шалько Анна
Shalko Hanna

Чорний пояс, 3 дан

МК по Таеквон-до

Тхеквондо – це досить нове корейське бойове мистецтво, що містить принципи найдавніших бойових мистецтв Кореї. Звісно, ми освоїмо всі техніки і пізнаємо глибину філософії, але точно відпрацюємо кілька прийомів стійкості духу і тіла.

10:00–11:00



Бухман Борис
Bukhman Borys

Фотограф, член Національної Спілки фотохудожників України. Член Всесвітнього клубу одеситів. Вперше взяв фотоапарат у руки в 7 років. 25 років є професійним фотографом. Бере участь як фотограф і як організатор у багатьох спільних фотопроектах і фотовиставках. Член журі кількох українських та міжнародних конкурсів. Працює в різних напрямках, однак, віддає перевагу жанрові фотографії і фотопортрету. Любить Одесу, жінок, класичну музику. Має 14 персональних виставок. Як фотограф-репортер має акредитацію Збройних Сил України.

Сесія-презентація

«Війна через об'єktiv»

Від деяких фотографій розривається серце і перехоплює подих, а очі до останнього відмовляються вірити в несправедливу реальність сьогодення. І я є автором деяких таких фотографій. До війни я бачив через свій об'єktiv любов, свята і щирі посмішки щасливих людей, але ось уже майже два роки я стою пліч-о-пліч із захисниками України, щоб чесно і без ретуші показувати світові всі жахи війни, передати героїзм і незламність українського народу, що захищає рідну землю від ворога. З задоволенням поділюся з вами своїми емоціями, які я зберіг у кардах фото-плівки...



Златкін Ариель

Zlatkin Ariel

Директор з розвитку співробітництва та партнерства відділу JDC-FSU, колишній виконавчий директор "Machanaim" та засновник національного Проекту підтримки громад. Працював у єврейських громадах у всьому світі.

Єврейська ідентичність та волонтерство

Чи можна вважати виконання приписів Тори про допомогу ближньому/далекому волонтерству (хоча офіційно вважається, що волонтерство виникло лише у 19 столітті)? Що Тора говорить нам про "правила" безкорисливої нематеріальної допомоги і як це сьогодні перегукується з етикою волонтерської діяльності. Цдака та гмілут хасидим – про що це? Одним словом, буде цікаво, корисно і з єврейською мудрістю!

Лекція



Гарболинская Оксана

Harbolinska Oksana

Психолог, коуч, сімейний психотерапевт

Психологічні та емоційні аспекти жіночого волонтерства

Чому важливо обговорювати емоційні аспекти волонтерської роботи? Яка роль жінки у волонтерстві? Значущість внеску жінок в загальні справи? Ідентифікація топів стресів з якими стикаються жінки у волонтерській діяльності (емоційні, фізичні, тимчасові). Емоційні реакції та як емоції впливають на психічне та фізичне здоров'я. Стратегії управління стресом, методи релаксації та відновлення, важливість звертатися з допомогою. Про ці питання ми поговоримо на лекції, а також розберемо реальні кейси з нашого досвіду. мени, як вид спорту.

Лекція



Гришило Григорій

Hrishylo Hryhorii

Фахівець із соціальної роботи, психолог. Сертифікати "Базові методи консультування" та "Школа дитячого психотерапевта" від Київського інституту "Я". Проходжу навчання на 2 ступінь гештальт-терапевта та на спеціалізацію "Робота з дітьми, підлітками у гештальт-підході".

Де живуть наші ресурси?

За допомогою групових інструментів та тілесної практики говоритимемо про наші ресурси. На тренінгу дізнаємось як тіло подає сигнали та як їх можна почути. Якими способами відновлюємо себе щоб бути в ресурсі.

Тренінг



Наникіна Ілона
Nanykina Ilona

Тренер з риторики та фізіогноміки

Тренінг, ігрове заняття

Фізіогноміка – про що говорить наше обличчя

Фізіогноміка – один із психологічних методів аналізу характеру людини та її емоційного стану за мімікою, жестами та рисами обличчя. Сьогодні фізіогноміка людини постає як потужний допоміжний інструмент кожного з нас. Розберемо кілька ключових принципів фізіогноміки. Читати по особам не навчимося, але букви освоїмо. Цдака та гмілут хасидим – про що це? Одним словом, буде цікаво, корисно і з єврейською мудрістю!



Серих Ольга
Sierykh Olga

Керівник ГО "Сміхоноси", лікарняні клоуни Запоріжжя, директорка Агенції активних подій, яка займається організацією тимблдингів, корпоративних тренінгів та ін.

Тренінг, ігрове заняття

Ігро-сміхотерапія – як спосіб щасливого життя

Сміх продовжує життя, тож продовжимо його з користю за цю годину. Ігрове та інтерактивне заняття, яке включає у себе: ігрові техніки, тілесні практики, вправи на взаємодію та роботу в парах та групах людей, аби навчити учасників швидким та корисним прийомам переключення з тривожних станів, апатії, стресу в більш приємні стани, за допомогою ігри, клоунських напрацьовок та сміхотерапевтичних вправ.



Ковальська Тетяна
Kovalska Tetiana

Психологиня, координаторка волонтерів "Твори добро Україно" м. Запоріжжя

Тренінг

Вигорання. Як знайти ресурс

Ресурсний стан – один із ключових концептів усвідомленого мислення. Однак останнім часом це поняття стало настільки масовим, що його використовують із приводу і без. Розберемося, що ж насправді вкладають у концепцію ресурсного стану та звідки взяти сили на те, щоб бути щасливим та працездатним, коли енергія на нулі?



Висоцький Володимир Vyotkyi Volodymyr

Експерт-консультант з питань доступності побудованого середовища, член Міжнародної асоціації фахівців з доступності, співзасновник студії універсального дизайну ORFO, директор БФ "Єврейсько-українська соціальна ініціатива", Київ

Тренінг

Інклюзивність у комунікації: коректна термінологія

Правила коректної комунікації та формування публічних повідомлень, що стосуються людей з інвалідністю та інших вразливих груп. Лексика, що не принижує гідність, та типові помилки у спілкуванні.



Аєрова Анна Ayerova Anna

Психологиня, HR менеджер в ІТ компанії, кар'єрний коуч, сертифікована тренерка. Тренерка із розвитку soft skills. Волонтерка та мадріха :-)

Тренінг

Про що говорити, коли щось пішло не так?

Найкращий виступ – підготовлений виступ, але ж бувають і форс мажори, яких у волонтерстві досить багато ;-). Чи бувало у вас таке, що вчасно не прийшов лектор чи потрібний вам волонтер? Вам потрібно виступати, але проєктор ще не налаштований на роботу, комп'ютер лається і не включає презентацію? Вас запитують журналісти дивні питання чи просто раптом виявилось, що у розмові з друзями саме ВАМ потрібно чимось заповнити паузу? Розповім секрети, які допомагають. Будемо багато тренуватися та розмовляти. Мовчазним від мене ніхто не піде.



Мерсер Ніл Mercer Neil

Організаційний тренер у навчальному центрі "Tuval Organisational Effectiveness" у Верхній Галілеї на півночі Ізраїлю. Переїхав до Ізраїлю з Лондона ще в 1986 році. З 1997 року автор та тренер майстерень командоутворення – «лабораторій», в якій учасники можуть експериментувати зі своєю командною роботою та стилями лідерства з метою надання їм можливості вчитися та розвиватися як особистість, команди чи групою.

Тренінг

Командоутворення. Індивідуальна робота ВЦ "ТДУ"

Мої семінари пропонують учасникам час та простір для вирішення проблем, пов'язаних з командною роботою, управління та лідерство через експериментальне навчання. Вони створені для органічних робочих команд, для колег, які хочуть ділитися та навчатися на досвіді роботи один одного або навіть учасників курсів, які зустрічаються вперше. У майстернях для навчання менеджменту чи розвитку лідерства, учасникам надається можливість керувати командою разом із отриманням відгуків колег про їхню поведінку. Я нагромадив величезний досвід роботи з різними типами груп, яким з радістю ділюся з вами!



Груминський Сергій Gruminsky Sergey

Артист цирку. Режисер постановник шоу програм та театралізованих вистав.

А що в рукаві?

Що люблять діти найбільше? Маму, тата, цукерки та фокуси! Ігровий майстер-клас, демонстрація фокусів, інтерактиви з твістенгом (виготовлення фігурок із кульок) – все, аби діти отримали те, що їх порадує!

Заняття для дітей
Ігрове заняття



Кириллов Станіслав Kyryllov Stanislav

Музикант, актор, волонтер

«Перкусійне коло»

Чи можуть незнайомі або малознайомі люди, які здебільшого не грають на барабанах, не артисти і не музиканти, створити єдину мелодію душі, яка здатна підвищити психо-емоційний стан і подарувати почуття свободи? Перевіримо у рамках цього тренінгу:)

Арт-терапія



Романенко Олена Romanenko Olena

Проходила майстер-класи з роботи зі склом у досвідченого художника Романенко Маргарити: вітраж в техніці Тіффані, мозаїка з кольорового скла, вітраж з плавленого скла

Відпочинок душею через мозаїку

Весь світ складається з маленьких шматочків, будь-яке велике складається з малого. Так і мозаїка, шматочок за шматочком, плиточка за плиточкою покаже нам картини наших душ. Створимо власний світ настрої через творчість.

Творчий майстер-клас



Златкін Ариель

Zlatkin Ariel

Директор з розвитку співробітництва та партнерства відділу JDC-FSU, колишній виконавчий директор "Machanaim" та засновник національного Проекту підтримки громад. Працював у єврейських громадах у всьому світі.

Лекція-бесіда

Шаббат зберігав євреїв чи євреї – Шабат?

Шабат – це наречена Ізраїлю, нерозлучна з єврейським народом. Це – один із найкращих шляхів виявити наше єврейство і передати його нашим дітям. Ми залишилися вірними Шабату в будь-яких країнах, культурах та обставинах протягом всієї нашої чотиритисячолітньої історії – і в славні дні Соломона, і в чорні ночі Інквізиції. І ця відданість у свою чергу стала засобом збереження нашої єврейської ідентифікації. Або словами відомого єврейського автора: "Навіть більше, ніж євреї зберігали Суботу – Субота зберігала євреїв."



Чеван Олександр

Chevan Oleksandr

Єврейський едьюкейтор, філолог, психолог

Лекція

Єврейська етика. «Лашон а-ра»: кого і як вбивають наші слова

Плітки, осуд та обговорення інших людей... Що таке "лашон а-ра"? Чому його забороняє юдаїзм? Які психологічні механізми лежать в основі пліткарства – і де ховається смертельна небезпека (та як їй можна запобігти)?



Коноз Ірина

Konoz Iryna

Волонтерка, екоактивістка, координаторка проекту «Екоцінності», співласниця екопростору "Пасіка ведмежого лісу". Не маю екологічної освіти, та маю власний досвід зменшення кількості сміття, яке продукує моя родина і прагнення ділитись цим досвідом з іншими. Маю шестирічний досвід проведення арт-терапевтичних та екологічних заходів.

Творчий майстре-клас

Лекція

Життя в стилі «ЕКО»

Кожна свідома людина рано чи пізно замислюється про проблеми екології, які існують на нашій планеті. У нас немає планети «В». Земля у нас одна. Вже більше шести років намагаюсь робити свій маленький внесок в боротьбу за збереження навколишнього середовища.

- Ми дізнаємося як зменшити кількість сміття;
- що можна, а що не можна сортувати до контейнерів для паперу, пластику, металу, скла, органіки;
- про маркування вторсировини;
- які вироби виготовляються із вторсировини;
- які існують багаторазові альтернативи сміття;
- що не можна здати на переробку.



Тімакіна Катерина Timakina Kateryna

Голова психологічного напрямку ГО «Фонд Маша», клінічна психологиня, консультантка в методах КПТ, Схема терапії. Тренерка з психологічної стійкості для фахівців першої лінії в Sane Ukraine trauma education and resilience project, тренерка з бойової резильєнтності ГО «Боривітер».

Психологічний тренінг

Стресостійкість та навички самодопомоги

Тренінг з психологічної стійкості та практичних навичок самодопомоги. Ми навчимося поєднувати сучасну нейронауку та тілесні практики щоб врегулювати свій стан та вміти надавати першу психологічну допомогу іншим. Будемо говорити про розуміння своїх станів та як давати з ними раду.



Гонтарук Ганна Hontaruk Hanna

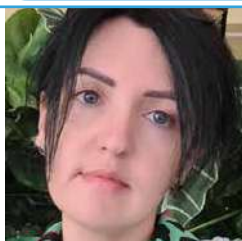
Аромапсихолог, аромапрактик

Тренінг

Арт-терапія

Аромати та як вони впливають на нас. Як за допомогою ароматів досягати бажаного.

Ароматерапія вважається ефективним методом розслаблення, зняття стресу та навіть профілактики деяких хвороб. Все більшої популярності набуває і інтер'єрна парфумерія, яка стає незамінним елементом декору. Які несподівані властивості мають різні аромати, як правильно вибрати ароматичні свічки та масла, як створити вдома неповторну атмосферу затишку – спробуємо зрозуміти на сесії.



Турбанова Тетяна Turbanova Tetiana

Практикуючий психолог, арт-терапевт, звукотерапевт, цвяхотерапевт. Працюю з труднощами в стосунках, дитячим травмами, професійним вигоранням, тривогою та страхами, посттравматичним синдромом тощо. Наразі вивчаю гіпнотерапію.

Арт-терапія

Чорний квадрат

Чорний квадрат – це одна з технік ізотерапії. Основою цієї техніки є творче, спонтанне та тематичне малювання. Малюнок - це дзеркало особистості. Тому ізотерапія становить фундамент арт-терапії та допомагає вільно висловити свої думки, почуття, вивільнитися від негативних переживань та трансформувати їх. Спочатку ми проведемо знайомство учасників допомогою МАК карт. Після ми поринемо у світ ізотерапії та допоможемо собі в саморегуляції негативного простору та активуємо наш ресурсний стан.



Венгер Вікторія Venher Viktoriia

За професією фінансист та фармбіотехнолог, наразі працюю в фарм. компанії адміністративним асистентом відділу клін.досліджень, волонтер у Зграї та Гілель Києв, кондитерство моє хоббі і давня пристрасть

Кулінарний майстер-клас

Смачний майстер-клас від Зграї

Пряник із часу своєї появи пройшов дуже довгий шлях. Його виникнення нерозривно пов'язане з таким величезним відкриттям людства, як хліб. З того часу, як люди навчилися випікати із зернової каші прісні коржики, хліб став для них не тільки їжею насущною, а й основою життя, культури, релігії, взаємин з іншими народами. І ми поринемо у світ пряників, прикрасивши їх глазур'ю з домішкою тепла своїх сердець та щирістю душ.



Мерсер Ніл Mercer Neil

Організаційний тренер у навчальному центрі "Tuval Organisational Effectiveness" у Верхній Галілеї на півночі Ізраїлю. Переїхав до Ізраїлю з Лондона ще в 1986 році. З 1997 року автор та тренер майстерень командоутворення – «лабораторій», в якій учасники можуть експериментувати зі своєю командною роботою та стилями лідерства з метою надання їм можливості вчитися та розвиватися як особистість, команди чи групою.

Тренінг

Командоутворення. Індивідуальна робота ВЦ "ТДУ"

Мої семінари пропонують учасникам час та простір для вирішення проблем, пов'язаних з командною роботою, управління та лідерство через експериментальне навчання. Вони створені для органічних робочих команд, для колег, які хочуть ділитися та навчатися на досвіді роботи один одного або навіть учасників курсів, які зустрічаються вперше. У майстернях для навчання менеджменту чи розвитку лідерства, учасникам надається можливість керувати командою разом із отриманням відгуків колег про їхню поведінку. Я нагромадив величезний досвід роботи з різними типами груп, яким з радістю ділюся з вами!



Перегуда Ірина Peregyda Irina

Координатор волонтерського центру, майстриня-самоучка

Заняття для дітей

МК "Чарівний клубок"

Створюємо казкових персонажів з ниток без використання гачку та спиць. Кожен учасник піде с кішеньковим другом – створеним власними руками



Деменко Ірина Demenko Iryna

Психологиня, лектор, тренер, супервізор, менеджер навчального центра, організатор івентів .

Open Space, обговорення

Взаємодія з літніми в соціальній ізоляції. Вікові зміни

Вікові зміни дуже часто несуть за собою суттєві зміни у самопочутті, сприйнятті, можливостях комунікації та взаємодії з навколишнім світом. Ми поговоримо про те, як і чому це відбувається, як ми можемо на це впливати, методах та засобах взаємодії з людьми різного віку, які знаходяться в ізоляції



Ільченко Ілона Ilchenko Ilona

Маю вищу медичну освіту, але вся моя робота присвячена неформальній єврейській освіті. Координаторка програми тагліт в Hillel Київ. Мадрих декількох дитячих проєктів

Лекція

Донорство — волонтерство, яке рятує життя

Донорство крові врятувало багато життів. Це не лише шляхетно. Бути донором – це корисно для здоров'я та почесно! На жаль, в Україні сформувалася культура і відповідно ситуативна поведінка людей на заклик або потребу терміново здавати кров, коли буквально хтось помирає. Тож спробуємо у рамках сесії лізнатися про донорство трішки більше, розвіяти міфи та дізнатись про користь! І, звісно, після повернення - здати кров, яка рятує життя!



Єфіменко Дарія Yefimenko Daria

Координатор мережі "Volunteer Community" в Україні, спеціаліст з міжнародної інформації, методист, едъкейтер. Усе життя роблю те, що дійсно люблю та з тими, з ким це робити приємно та якісно

Open Space, обговорення

Етика волонтерської діяльності: де проходять найтонші межі

Поняття "етика" саме по собі дуже складне, воно визначає мораль, суспільні норми поведінки, та концепції «правильної та неправильної поведінки», що для кожної людини дуже особисте. Волонтери часто стикаються з тим, що вони йдуть до незнайомої людини з допомогою та найщирішими намірами, а отримують неочікувану реакцію. На цій зустрічі ми проговоримо загальні принципи поведінки та сприйняття волонтерів у різних ситуаціях з різними людьми, навчимося прогнозувати різні сценарії розвитку подій та наших реакцій.



Служба JFS "Соломоніка" JFS

Служба JFS "Соломоніка"

Особливості взаємодії з дітьми групи "ризик"

Open Space, обговорення

Дитяча психіка дуже вразлива, діти швидко вчаться і вбирають інформацію як із сім'ї, так і із зовнішнього оточення. Наше завдання збалансувати негативний досвід із позитивним, навчивши дитину виражати емоції, промовляти те, що її турбує, ставити цілі, бачити особисті успіхи та майбутні досягнення, опрацьовувати травми зі спеціалістами. На цій зустрічі ми поговоримо про те, як волонтери та працівники відділу СІ можуть впливати на середовище, емоційний та фізичний добробут сім'ї та дитини.



Кристал Нонна Kristat Nonna

Магістр хімії, вчитель вищої категорії, старший вчитель; вже декілька років займаюся проектною діяльністю — є три завершених проєктів, декілька в стадії розвитку. Сокоординатор в «Лиге Єврейського Волонтерства» — маю два проєкта «Пізнавальний український» та «Жити здорово»

Особливості взаємодії з людьми з інвалідністю

Open Space, обговорення

Зустріч у форматі Open space "Безбар'єрність – міф чи реальність". На прикладі реальних історій та ситуацій поговоримо про особливості взаємодії з людьми з інвалідністю, викликами та складнощами, з якими вони стикаються щодня.



Ковальська Тетяна Kovalska Tetiana

Психологиня, координаторка волонтерів "Твори добро Україно" м. Запоріжжя

Особливості взаємодії з людьми в СЖС

Open Space, обговорення

Складні життєві ситуації (СЖС) можуть виникати у кожного, особливо під час воєнного стану та великої кількості непрогнозованих ситуацій. На цій зустрічі ми розглянемо різні моделі та сценарії надання допомоги цим людям та поговоримо про волонтерство, які з отримувачів допомоги стають волонтерами.



Плотнікова Тетяна
Plotnikova Tetiana

Координатор волонтерського центру м. Луцьк"

Особливості взаємодії з ВПО

Вимушено переміщені особи у зв'язку з війною, втрачають все до чого вони звикли і починають життя з чистого аркуша, наша задача, зробити цей період адаптації, сповнений стресів та туги, якомога простішим та легким. На зустрічі ми поговоримо про проекти, які допомагають адаптуватися до нового місця проживання, залучення до громади та спільного волонтерства.

Open Space, обговорення



Москвитина Світлана
Moskvitina Svitlana

Координатор соціального відділу Joint Україна

**Виявлення потреб.
Група програми CI, JFS**

Вміння виявляти реальні потреби – майже супер сила, тому що навіть сам одержувач допомоги не завжди може визначити, що саме йому потрібно в якому обсязі та першочерговості. На цій зустрічі ми навчимося виявляти потреби, виходячи з можливостей та реальності запиту, а також знаходити виходи з різних спірних ситуацій.

Open Space, обговорення



Назар Олександр
Nazar Oleksandr

Координатор волонтерського центру м. Львів, волонтер

Особливості взаємодії з підлітками

Практичні кейси вирішення спірних питань при взаємодії з підлітками у волонтерській діяльності.

Open Space, обговорення



Верведа Ірина
Verveda Iryna

Майже 30 років працюю в Хеседі

**Залучення людей похилого віку
у волонтерську діяльність**

На прикладі працюючих проектів говоримо про можливості залучення людей похилого віку у волонтерську діяльність та громаду.

Open Space, обговорення



Левіт Ілона Levit Ilona

Керівник дитячого клубу AjTJunior м. Черкаси
Випускниця Школи мадрів JDC+Hillel 2023
Мадріха дитячих та підліткових груп

МК/Заняття для дітей

Шаббат, свічки та таємниці

Подібно до того, як смак будь-якого делікатесу, скільки його не описуй, не можна зрозуміти, самостійно його не випробувавши, – так само і з суттю Шаббата. Але ми постараємося з дітьми скуштувати Шабат через оповідання, вироби та творчість.



Сергєєв Юрій Ільченко Ілона Yurii Serheiev Ilchenko Ilona

Hillel CASE



Творчий воркшоп

Шаббатні пісні

Як відомо, у кожної пісні своя історія. А от у Шаббатних пісень таких історій може бути не одна. Як і мелодій, наприклад. Багато шаббатних пісень беруть свій початок зі Святих писань, деякі – виникли вже пізніше. Але будемо не лише про це, а й створимо теплу святкову атмосферу шаббатними піснями та молитвами під гітару.

Прес-конференція Ключові координатори VC

Прес-конференція

Питання-відповіді про волонтерство

Про волонтерство можна говорити вічно. Звідси – і питань про волонтерство виникає багато. І ця сесія саме для того, щоб отримати на них відповіді. Звичайно, одразу хочемо сказати, що всіх відповідей ми не знаємо, тому що ми, як і ви, студенти у цій справі, але разом зможемо розібратися із "темними" куточками цієї світлої діяльності.



Старостенко Олена
Elena Starostenko

Jewish educator

Єврейська астрологія

Всі ми чули про "Мазаль Тов", та до чого воно та коли? Як єврейський календар пов'язаний зі знаками зодіаку? Рош Ходеш – єврейське Новомісяччя. І обов'язково пройдемося по темам єврейської нумерології та як єврейська традиція захищає від будь-якого астрологічного вироку. Прогнозую, що буде ще багато інших секретів та фактів.)

Лекція



Козлова Олена
Kozlova Olena

Працюю бухгалтером, але не можу бути відсторонь від теперішніх подій. Весь вільний час волонтеру, роблю свічки, плету сітки, шию прапори. Намагаюся робити все в чому є потреба.

Виготовлення окопних свічок для освітлення, обігріву та приготування їжі

Традиція запалювання Шаббатних свічок сягає своїм корінням у далекі часи Праотців. Тоді свічки були просто для освітлення будинку. Але вже тоді вони несли додаткове значення. У Шабат свічки запалюють з двох причин - по-перше, для того, щоб у домі панував спокій і згода, він повинен бути освітлений, по-друге, в ці дні людина зобов'язана отримувати задоволення – і свічки запалюють, тому що вони створюють приємну, святкову атмосферу в домі. Але ми додамо ще одне важливе значення до наших особливих "Шаббатних свічок" – вони зігріватимуть і висвітлюватимуть тих, хто зараз відстоює нашу свободу.

Творчий воркшоп



**Кардаш Шимон,
Гусева Олена, Вальба Олена,
Утятнікова Олена**

Волонтери, координатори та співкоординатори проекту "Шаббатній гість"
(Черкаси, Рівне, Львів, Кривий Ріг)

Шаббатні хали

Невід'ємні атрибути зустрічі Шаббата – стіл, вкритий скатертиною, дві запалені свічки, дві хали (хліб у формі коси), що символізують подвійну порцію манни, що випадала щоп'ятниці в пустелі під час виходу євреїв з Єгипту, кошерне вино. Разом з учасниками майстер-класу створимо один із невід'ємних та найсмачніших атрибутів Шаббата – хали!

Кулінарний воркшоп



**Кац Олена, Яременко Еліна,
Островська Людмила**
Kats Olena, Yaremenko Elina,
Ostrovskia Ludmila

Координатор, волонтер, співкоординатор

Творчий воркшоп

Корзинка для хал

Шабат – це не тільки хали, вино та свічки. Це ще й святковий стіл, гарне оздоблення, яскравий настрій. Над останніми двома пунктами постараємося попрацювати у рамках творчого майстер-класу зі створення кошика для хал. Так-так, не серветки, а кошики – розширюватимемо оздоблення Шабатного столу та можливості для творчості!



Войталюк Тетяна
Voytalyuk Tetyana

З 2002 року – частина команди Всеукраїнської жіночої єврейської організації "Проект Кешер". Понад 20 років проводжу різноманітні заходи для жінок-волонтерів у всій Україні: тренінги, семінари, конференції. Протягом своєї діяльності навчаюся та покращую її. Тому пройшла навчання за програмою "Інноваційні арт-терапевтичні методи нейромалювання в роботі фахівців, які допомагають професії".

Арт-терапія

Wine-art: витончена творчість та смак життя

Майстер-клас малювання червоним вином – це виразне поєднання творчості та арт-терапії. Він дозволяє учасникам розслабитися та відпустити, самопроявитися, використовуючи вино як засіб для виразу своїх почуттів та емоцій у живопису. А ще, це символічно для Шабату:)



Гільберг Галина
Gilberg Galina

Арт-терапевтка, єврейська едьюкейторка, сертифікована за програмою "Інноваційні арт-терапевтичні методи нейромалювання в роботі фахівців допомагаючих професій"

Нейрографіка.
Арт-терапевтичний
майстер-клас

Маген Давид – шість сфер життєвого балансу

Арт-терапевтична нейрографічна розвантажувальна практика у форматі майстер-класу, що включає в себе малювання, елементи психології і коучінгу (3D формат) та допоможе учасникам зустрічі навчитися задавати собі питання і відповідати на них, зануритися вглиб себе, збалансувати основні 6 сфер життя і, за допомогою нейромалювання та супроводу ведучої, отримати відповіді, інсайти, естетичне задоволення від процесу та спілкування. Для нейрографічної практики зовсім не потрібно вміти малювати.



Плотнікова Тетяна Plotnikova Tetiana

м. Луцьк. З 2001 року працюю і волонтеру у єврейському світі. За ці роки були створені молодіжний та дитячий танцювальні колективи «Дрейдл». Колектив бере активну участь у фестивалях, у підготовці та проведенні общинних свят, вистав, тематичних вечірок, концертів. Люблю танцювати і насолоджуюся процесом навчання танцю. Саме процес, а не його кінцевий результат є серце і совість танцю.

Шабатні танці

З задоволенням поділюся своїми знаннями на практичному занятті «Ізраїльські танці»
«Як танцювати – підкаже тіло,
Присядеш і змахнеш рукою.
Почнеш ти рухи несміливо,
Помітиш потім за собою
Невимушеність, насолоду,
Бажання рухатись, кружляти,
Емоцій зліт, натхненний настрій –
Не зможеш в це не закохатись!»

Танцювальний МК



Чеван Олександр Chevan Oleksandr

Єврейський едукейтор, філолог, психолог

Ставлення до старості та турбота про батьків в єврейській традиції

Інколи нам дуже важко спілкуватися з літніми людьми – навіть із власними батьками... А що говорить про старість та її особливості єврейська традиція? Чи завжди старість – це мудрість? І які саме обов'язки мають діти по відношенню до батьків – та як їх правильно виконувати?

Лекція



Марченко Юлія Marchenko Yulia

Співкоординатор, вихователь,
який йде в ногу з часом

МК Букет з метеликів

На цьому МК діти поринуть у казкову атмосферу, де вони створюватимуть світ краси – букет із метеликів. Легкі та повітряні, яскраві чи пастельні, великі чи маленькі – абсолютний політ фантазії з маленькими фантазерами.

Творчий майстер-клас для дітей



Сергеев Юрій Yurii Serheiev

Регіональний Координатор освітніх програм Hillel CASE, Президент київського клубу інтелектуальних ігор

Інтелектуальна гра

Квіз

Чи можна все знати на світі? Звичайно, ні! Але можна в цікавій та яскравій формі вивчати все на світі, ще й у компанії друзів та однодумців! Формат гри "Квіз", що вже полюбився всім, але трохи по-єврейськи з волонтерською родзинкою точно допоможе вивчити щось новеньке, ну, або показати, що ви таки знаєте все на світі!

Hillel Dnipro

Студентська організація "Hillel Dnipro" міжнародної мережі Студентських організацій Hillel

Освітньо-розважальний захід

Онег Шаббат

Заповідь "Онег Шаббат" – насолоджуватись Суботою ми не маємо права пропустити. Студентська організація "Hillel Dnipro" проведе показовий шаббатний вечір з роз'ясненням церимонії застрічі Шаббату.

Волліс Ілля Vollis Illia

Настільні ігри

"Люди, які грають в ігри. Настільні ігри"

Настільні ігри – це не тільки кумедне проведення часу, але і корисний інструмент для розвитку різних навичок і якостей. Вони дозволяють нам стати учасником захоплюючої командної гри або налаштуватися на індивідуальний результат. Також настільки роблять нас більш соціально адаптованими та впевненими у собі. А якщо грати з друзями та колегами у добрих справах, ще й у Шабат, то цей інструмент стане не тільки корисним, а й дуже веселим!

25.11.
8:00–9:00

Субота



Шемосюк Карина
Shemosyuk Karyna

Директор Закладу об'єднання громадян «Рівненської обласної комплексної дитячо-юнацької спортивної школи «Колос» у Рівненській обл., за спеціальністю тренер-викладач. Маю хобі – біг, приймаю участь в українських та міжнародних забігах.

Пробіжка вихідного дня

Знайомство «найвідчайдушніших» волонтерів, які після пробудження готові до легкого фізичного навантаження у вигляді масової розминки та легкої пробіжки на свіжому повітрі, що придасть енергію та настрій на цілий день.

Бокер-тов



Блануца Андрій
Blanutsa Andrii

Президент ГО Спортивний клуб Науковець, тренер та організатор івентів з бігу і скандинавської ходьби

Скандинавська ходьба

Скандинавська ходьба – вид фізичної активності, у якій використовується методика занять і техніка ходьби з використанням спеціальних палиць, схожих на лижні. Це версія ходьби з навантаженням для всього тіла, котрою можуть займатися як неспортсмени для оздоровчої фізичної активності, так і спортсмени, як вид спорту.

Ранкова активність



Мазурок Ганна
Mazurok Hanna

Багато років займаюся йогою та, як волонтер, проводжу заняття майже рік в Хеседі

Практика з Аштанга-йоги

Йога має безліч напрямків та шкіл, втім, в основному більшість практик включають вивчення технік дихання, медитації та різних динамічних та статичних позицій, що дозволяють впливати на безліч м'язових груп. У той самий час така активність має багато переваг психічного здоров'я. Нескладні асани зранку подарують заряд енергії та умиротворення на весь день.

Ранкова активність



Кацаран Лев Katsaran Lev

Доцент, член-кореспондент міжнародної кадрової академії, старший викладач кафедри "Електрообладнання та інформаційні технології" з різних предметів морського радіо-зв'язку, електро та радіонавігації, радіолокації та управління судном в АМІ НУ ОМА, менеджер-перекладач відділу маркетингу Маріупольського СРЗ, вахтовий, навігаційний помічник капітана на різних кораблях міжнародного морського флоту, багатоцільовий перекладач з англійської (Гон Конг 1992-1994), кандидат у майстри спорту з боротьби дзюдо/інструктор з рукопашного бою, вчитель з англійської мови та мови іврит.

Ранкова активність

Гімнастика Тай-Чи – «24 форми»

Тай-чі ("велика межа", "космос") – це традиційна китайська практика, яка складається з плавних рухів - форм, що перетікають з однієї в іншу на кшталт повільного танцю. Потанцюємо з дихальними вправами Цигун на концентрацію, познайомимося з повним комплексом "24 форми", розслабимось і, звичайно, поговоримо, куди ж без цього.



Шалько Анна Shalko Hanna

Чорний пояс, 3 дан

Ранкова активність

МК по Таеквон-до

Тхеквондо – це досить нове корейське бойове мистецтво, що містить принципи найдавніших бойових мистецтв Кореї. Звісно, ми освоїмо всі техніки і пізнаємо глибину філософії, але точно відпрацюємо кілька прийомів стійкості духу і тіла.



Колодач Григорій Kolodach Grygoriy

Народився у Дніпрі. Живе у Києві. З 1983 року грає в «Що? Де? Коли?». У складі Дніпра брав участь у TV зйомках програми «Брейн-ринг». Неодноразовий володар кубка "Золотий Брейн". Директор Міжнародного благодійного фонду «Єврейський Хесед «Бней Азріель».

Інтелектуальна гра

«Що? Де? Коли?»

Ранкові "знатоки", приготуватися! Задача не з простих - сформувати команду з 6 учасників, обрати капітана, придумати назву, налаштуватися на гру, згадати усе, що знаємо і, особливо, те, чого не знаємо та перемагати! Ми, дотримуючись загально-прийнятих у ЩДК правил, гратимемо в дуже єврейську гру.



Лідовський Олексій

Oleksiy Lidovsky

Засновник та керівник міжнародного маркетингового та PR-агентства повного циклу JDC Prioritet. Експерт у сфері Маркетингу, Digital-маркетингу та PR

Маркетинг сенсу: як збирати кошти для волонтерства

Маркетинг у волонтерстві потребує особливого підходу. Як переконати людей відкрити гаманці заради доброї мети? У цій лекції ви дізнаєтесь, як будувати стратегії збору коштів, акцентуючи увагу на значущості вашої місії. Ми розберемо успішні кейси, покажемо, як використовувати інструменти маркетингу для створення емоційного резонансу та довіри. Дізнайтеся, як перетворювати симпатію до вашого проекту на реальну допомогу та донати. Зробіть свою ініціативу не просто помітною, а й успішною!

Лекція



Коган Марина

Kohan Maryna

Арт-терапевт, дого-терапевт

Доготерапія в роботі з дітьми: як собака допомагає подолати стрес

Вже давно відомо, що наші найкращі чотирилапі друзі ще й прекрасні лікарі та терапевти! Познайомимось з ними трохи ближче і навіть погладимо! А паралельно поговоримо про те, які є види каністерапії, чи всі собаки підходять для цього, про техніку безпеки, звичайно ж! І попрактикуємось із спеціально запрошеним дуже цінним гостем!

Тренінг



Долгієр Тетяна

Dolhiier Tetiana

Займаюся піаром "JDC" у північно-східному регіоні України та у Prioritet. Професійний досвід в українській та міжнародній журналістиці та піарі – 18 років. Серед проектів, якими займалася: Федерація плавання України, книга экс-міністра Дмитра Дубілета "Бізнес на здоровому глузді", Фестиваль домашніх тварин у Дніпрі, інноваційний старт-ап Rinsten Spring.

Для чого PR благодійності?

Кажуть, що добрі справи та допомогу треба робити тихо. Але як тоді залучати ресурс, як заявляти себе, як давати звіти? Потрібен благодійності PR чи ні – поговоримо на сесії. Ще вчитимемось взаємодіяти з журналістами та створювати інформаційні тексти.

Тренінг



Висоцький Володимир

Vysotskyi Volodymyr

Експерт-консультант з питань доступності побудованого середовища, член Міжнародної асоціації фахівців з доступності, співзасновник студії універсального дизайну ORFO, директор БФ "Єврейсько-українська соціальна ініціатива", Київ

Община без бар'єрів: доступність як основа розвитку спільнот

Основи фізичної та інформаційної безбар'єрності. Як забезпечити інклюзивність програм та заходів, зробити їх дружніми для всіх. На що звертати увагу при виборі місця проведення громадських заходів та як адаптувати наявний простір для забезпечення його зручності і доступності.

Лекція



Тімакіна Катерина

Timakina Kateryna

Голова психологічного напрямку ГО «Фонд Маша», клінічна психологиня, консультантка в методах КПТ, Схема терапії. Тренерка з психологічної стійкості для фахівців першої лінії в Sane Ukraine trauma education and resilience project, тренерка з бойової резильєнтності ГО «Боривітер».

Стресостійкість та навички самодопомоги

Тренінг з психологічної стійкості та практичних навичок самодопомоги. Ми навчимося поєднувати сучасну нейронауку та тілесні практики щоб врегулювати свій стан та вміти надавати першу психологічну допомогу іншим. Будемо говорити про розуміння своїх станів та як давати з ними раду.

Психологічний тренінг



Блануца Андрій

Blanutsa Andrii

Президент ГО Спортивний клуб Науковець, тренер та організатор івентів з бігу і скандинавської ходьби

Організація масових спортивно-оздоровчих івентів

Організувати масовий спортивно-оздоровчий захід не так і просто, але, повірте, дуже корисно і він того вартий! Адже здоров'я – це, мабуть, найцінніше, що ми маємо. Розберемо організацію від "А" до "Я", щоб у кожному місті, кожній громаді, кожному центрі нам усі були здорові!

Лекція



Руденко Максим Rudenko Maksym

Фотограф, відеограф, графічний дизайнер, музикант, актор. Організатор власних фотовиставок в Європі та Україні. Презентував свою фотовиставку присвячену Чорнобиллю у Польщі та Україні. Представляв свої фото моди на Focus On Fashion Poland, учасник Fashion Film Festival Kyiv, автор та соавтор багатьох благодійних та комерційних проєктів, в яких виступав, як організатор та/або фотограф і відеограф, протягом 3-х років головний фотограф Антикварного Дому знаменитих антикварів Кракова, фотограф та відеограф на заходах Cracow Fashion Week (м. Краків), Kult Tattoo Fest (Польща), співпрацював з лауреатами Ukrainian Fashion Week, знімаю рекламу для брендів.

Творчий МК
Творчий воркшоп

Фото та відеозйомка на камеру та/або телефон

А ви знали, що якщо ви маєте смартфон, ви можете знімати так само якісно, як і на фотоапарат чи відеокамеру. Якщо ви давно мрієте навчитись робити класні кадри під час подорожей, просто для себе і рідних, для спогадів, або взагалі хочете почати професійний шлях в зйомках, ви отримаєте необхідну початкову базу на нашій лекції, з можливістю попрактикуватися прямо на ній. Ось всім цим і займемося.:-) До зустрічі на майстер-класі!



Надашкевич Віталій Nadashkevych Vitaliy

Волонтер LVC від дня його створення, юрист з понад 10-літнім досвідом у громадському секторі, керівник гуманітарної місії Poland Helps в Україні. Засновник і керуючий партнер Юридичної компанії "Ло Крафт". Публіцист і краєзнавець, завершив докторантуру Варшавського університету. Автор книги "Підприємство. Стратегія успіху".

Лекція

Організаційно-правові основи волонтерства в Україні

Поговоримо про волонтерів і закон, але зовсім не сухо-теоретично, а лише з точки зору реального життя, практики. Волонтерство і благодійність, податки і гуманітарна допомога, перетин кордону і виїзди на "нуль". Поговоримо про волонтерів-одинаків та волонтерські організації. І радо відповімо на питання.



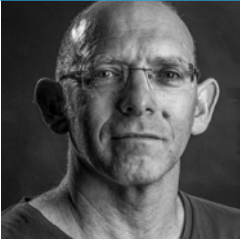
Костенко Іван Kostenko Ivan

Вчитель фізичної культури 1 категорії.

Заняття для дітей

Веселі старты

Активність, активність та ще раз активність – це те, що потрібно дітям для зрівноваженої нервової системи їхніх батьків. Тому, а різних завданнях, змаганнях, спортивних естафетах та іграх постараємося виплеснути максимум енергії дітей! І, звісно, подарувати їм радість!



Мерсер Ніл Mercer Neil

Організаційний тренер у навчальному центрі "Tuval Organisational Effectiveness" у Верхній Галілеї на півночі Ізраїлю. Переїхав до Ізраїлю з Лондона ще в 1986 році. З 1997 року автор та тренер майстерень командоутворення – «лабораторій», в якій учасники можуть експериментувати зі своєю командною роботою та стилями лідерства з метою надання їм можливості вчитися та розвиватися як особистість, команди чи групою.

Командоутворення. Індивідуальна робота ВЦ Rivne VC

Мої семінари пропонують учасникам час та простір для вирішення проблем, пов'язаних з командною роботою, управління та лідерство через експериментальне навчання. Вони створені для органічних робочих команд, для колег, які хочуть ділитися та навчатися на досвіді роботи один одного або навіть учасників курсів, які зустрічаються вперше. У майстернях для навчання менеджменту чи розвитку лідерства, учасникам надається можливість керувати командою разом із отриманням відгуків колег про їхню поведінку. Я нагромадив величезний досвід роботи з різними типами груп, яким з радістю ділюся з вами!

Тренінг

11:30–12:30



Колодач Григорій Kolodach Grygoriy

Народився у Дніпрі. Живе у Києві. З 1983 року грає в «Що? Де? Коли?». У складі Дніпра брав участь у TV зйомках програми «Брейн-ринг». Неодноразовий володар кубка "Золотий Брейн". Директор Міжнародного благодійного фонду «Єврейський Хесед «Бней Азріель».

«Що? Де? Коли»

Ранкові "знатоки", приготуватися! Задача не з простих - сформувати команду з 6 учасників, обрати капітана, придумати назву, налаштуватися на гру, згадати усе, що знаємо і, особливо, те, чого не знаємо та перемагати! Ми, дотримуючись загальноприйнятих у ЩДК правил, гратимемо в дуже єврейську гру.

Інтелектуальна гра



Перельская Маргарита Parelska Marharyta

Бренд-дизайнер, досвід 7 років, десятки брендів в Україні та за кордоном, досвід проведення лекції за цією темою для школи брендингу.

Формування власного іміджу. Архетипи у брендингу.

Лекція

Лекція про архетипи в брендингу та про те, як за допомогою архетипів побудувати особистий бренд або підібрати свій власний стиль згідно з характером, цінностями та поглядами на життя. Корисно тим, хто займається саморозвитком, шукає свій стиль, хоче самовиражатися через зовнішність, або просто хоче краще розуміти людей і себе.



Шапіро Савва Shapiro Savva

Директор JCC HALOM (Kyiv, UA)
Тренер з соціальних танців,
досвід викладання – 5 років

Танцювальний МК «Кізомба» – кроки гарного настрою. Початковий рівень

Танцювальний МК

Кізомба – чуттєвий, романтичний танець, що бере свої витоки в Анголі на початку 1980-х. Кізомба, або "африканське танго", як її часто іменують – один із наймолодших танцювальних напрямків. В Україні кізомбу розпочали танцювати приблизно з 2012 року. Саме слово "kizomba" з діалекту кімбунду означає "вечірка".

МК включає:

- Базові кроки/рухи
- Взаємодія в парах
- Ведення та слідування



Носенко Інесса Nosenko Inessa

Директор БО "ЗБФ "Єврейський общинний центр "Мазаль Тов", ТОВ "Дивосвіт"

Соціальне підприємництво

Лекція-бесіда

Соціальне підприємництво – те, чого не існує в Україні на законодавчому рівні. Ви не отримаєте жодних пільг і у вас не буде спец. статусу, не сподівайтесь на поблажки та допомогу. Соціальне підприємництво – це ваш усвідомлений вибір роботи Україну краще. Але щось ми можемо зробити. А що саме – дізнаємось на сесії.



Бриткова Наталія Britcova Natalia

Пройшла навчання акторській майстерності у Студії Театральної Імпровізації ZaO з інтуїтивно-аналітичної техніки акторської гри. Також системам та методикам акторської майстерності Ежи Гротовського, Всеволода Мейерхольда та Пітера Брука. З 2017 року є учасницею багатьох проєктів, курсів, майстерських з режесури, сценаристики під керівництвом професіоналів з Молдови, України, Німеччини, Франції та США.

Тренінг

Техніки мовлення

Люди, які володіють ораторською майстерністю, є лідерами, мають авторитет у будь-якому колективі. Їм властива здатність переконувати, впливати на позицію конкретної людини чи суспільства загалом. Якщо від природи особистість не має дар красномовства, не є природним оратором, це не означає, що вона ніколи їм не стане. Існує безліч можливостей розвинути здатність доступно та впевнено подавати інформацію іншим людям. Саме цим і займемося, і кожен зможе розкрити свій голос!



Деменко Ірина Demenko Iryna

Психологиня, лектор, тренер, супервізор, менеджер навчального центра, організатор івентів.

Тренінг

Прокрастинація – що це та що з цим робити?

Усвідомлення та рефлексування прокрастинації, викуплення справою, а не почуттям провини, техніки подолання прокрастинації, ефект правильної мети. Одним словом, будемо вчитися, як не втікати від справ та себе.



Волліс Олексій Vollis Oleksiy

Доктор філософських наук, спеціальність будівництво, втілюю знання на практиці та практичний досвід перетворюю в знання. Дякувати батькам маю руки з плечей.

Творчий МК

В'яжемо, фіксуємо та користуємося

Як часто ми зав'язуємо шнурки, а вони відразу розв'язуються, а скільки існує видів і способів з'язування вузлів? А як правильно їх в'язати? На майстер-класі з в'язання вузлів ми навчимося зав'язувати різні види вузлів так, щоб вони витримали будь-яке навантаження.



Левицька Вікторія Levytska Viktoriia

Фармація, клінічна фармація, спеціаліст інтегративної медицини гастроентерологічний напрямок, CS Therapist – міжнародна сертифікація інституту Аплежера

Лекція-бесіда

Як стрес впливає на травлення

Ніякого насилля над собою, тільки кльові лайфхаки і глибоке розуміння внутрішніх процесів. Як здобути додаткові ресурси через їжу та заради неї. І звичайно роздам своє улюблене благословення на стейк і баранячий шашлик.



Москвітін Світлана Moskvitina Svitlana

Координатор соціального відділу
Джойнт Україна

Брейн-шторм

Будуємо мости, а не стіни

Спільна робота програм VCUkr, CI, JFS, планування. Тільки для координаторів та співробітників відділу CI та JFS під модерацією.



Березовський Євген Berezovskyi Eugen

Волонтер-аніматор

Активні ігри

Анімаційна програма

Як зацікавити дитину до активності, якщо світ гаджетів приклеює їх до стільців та диванів? Я знаю відповідь, треба вміти дуріти і веселитися, та так, щоб тобі повірили, перевтілюватися, змінюючи образи та голоси, вживатися в нові ролі і радісно сміються. На нашій зустрічі будемо займатися саме цим.



Мерсер Ніл Mercer Neil

Організаційний тренер у навчальному центрі "Tuval Organisational Effectiveness". Автор та тренер майстерень командоутворення – «лабораторій», в якій учасники можуть експериментувати зі своєю командною роботою та стилями лідерства.

Тренінг

Командоутворення. Індивідуальна робота ВЦ "ТДУ"

Мої семінари пропонують учасникам час та простір для вирішення проблем, пов'язаних з командною роботою, управління та лідерство через експериментальне навчання. Вони створені для органічних робочих команд, для колег, які хочуть ділитися та навчатися на досвіді роботи один одного або навіть учасників курсів, які зустрічаються вперше.



Клубок добра. Рівне

Klubok dobra. Rivne

Проект "Клубок добра. Рівне" вже четвертий рік працює для того, щоб людям навколо ставало тепліше. Веселі шапочки та шарпетки для дітей в онкоцентрі, вовняні костюмчики та рятівні восьминіжки для передчасно народжених малюків, теплі речі для бабусь та дідусів, іграшки для дітлашні на деокупованих територіях, шарпетки для ЗСУ – що би ми не робили, у все вкладаємо частинку свого серця.

Творчий МК

Брелок "Соняшник". Просте плетіння гачком

Всього 30 хвилин піде на те, щоб створити яскраву прикрасу. А знадобляться для цього лише базові прийоми плетіння гачком (і деякі секрети, які ми розкриємо на майстер-класі). Для початківців це нагода швидко навчитися всьому тому, що треба для в'язання шапочок чи іграшок. А для досвідчених – свіжа ідея, як використати залишки пряжі, під гаслом "Відходи – в доходи".



Шерстюк Елизавета

Sherstiuk Elyzaveta

Вокальна студія «Авів» була заснована в 1999 році при Сумському благодійному єврейському центрі «Хесед Хаїм». Почала свою діяльність з того, що діти єврейської громади готували до свят тематичні пісні, з якими виступали на общинних заходах. Згодом до ансамблю почало приходити все більше дітей, колектив збільшувався і ставав все більш професійним. Маленький ансамбль переростає в сильну вокальну студію – з індивідуальними заняттями вокалом, малими групами і власне ансамблем.

Вокальний ворк-шоп, концерт

Співаємо разом з "Авів"

Пісня – це душа народу, його радість, біль, сльози та сміх, його розвиток та його страх. У піснях зберігається мова та традиції, пам'ять поколінь та надія на майбутнє. У цих піснях відбиваються культура, побут, мова, музика, душа єврейського народу. Ставлення до батьків, до дітей, до сусідів, до релігії, до роботи, до рідного дому, до миру, до себе, до життя та смерті – все це передається через мистецтво пісні. Пропонуємо вам поринути у світ єврейських та українських пісень, послухати та поспівати разом з нами!



Михайленко Руслана

Mykhailenko Ruslana

Приймала участь і проводила подібні майстер класи

Творчий МК

Вітражні картини

Історія вітражів налічує не одну тисячу років: єгиптяни почали виготовляти вітражні вироби з II століття до н. е., римляни - з I століття н. е. У єгиптян же з'явилося й перше скло, яке було непрозорим. Щоправда, цікаво? Спробуємо трохи побути творцями і створимо вітражі за сучасними техніками.



Табакіна Юлія

Tabakina Yuliia

Практичний психолог вищої категорії, методист, корекційний педагог, сертифікований тренер освітніх програм, переможець конкурсу "Психолог року-2015", автор корекційної програми "Основи психології. Пізнавальні процеси", спеціаліст по роботі з МАК та пісочної терапії.

Тренінг

Mental health station

Популяризація знань про охорону ментального здоров'я серед українців; подолання стигми, що говорити про ментальне здоров'я в суспільстві соромно; підвищення рівня обізнаності з проблеми ментального здоров'я; поширення знань про душевний стан та вміння про нього піклуватися; формування обізнаності щодо важливості психологічної допомоги. Під час роботи учасники зможуть активізувати роботу групи, зможуть відчувати групову єдність, емоційне та фізичне розвантаження, навчатся проявляти свої емоції через малюнок та прокачають позитивне мислення.



Гришило Григорій

Hrishylo Hryhorii

Вища освіта за фахом соціальний працівник, та вища освіта за фахом психолог. Сертифікати про проходження курсів "Базові методи консультування" та "Школа дитячого психотерапевта" від Київського інституту "Я". Проходжу навчання на 2 ступені гештальт-терапевта, також проходжу спеціалізацію "Робота з дітьми, підлітками у гештальт-підході".

Тренінг

Розмова з внутрішньою дитиною

На тренінгу поговоримо про свою внутрішню дитину, її потреби, яким чином з'являються потреби. Обговоримо як чуємо дитину і як можна налаштувати діалог із нею.



Тімакіна Катерина

Timakina Kateryna

Голова психологічного напрямку ГО «Фонд Маша», клінічна психологиня, консультантка в методах КПТ, Схема терапії. Тренерка з психологічної стійкості для фахівців першої лінії в Sane Ukraine trauma education and resilience project, тренерка з бойової резильєнтності ГО «Борівітер».

Психологічний тренінг

Стресостійкість та навички самопомоги

Тренінг з психологічної стійкості та практичних навичок самопомоги. Ми навчимося поєднувати сучасну нейронауку та тілесні практики щоб врегулювати свій стан та вміти надавати першу психологічну допомогу іншим. Будемо говорити про розуміння своїх станів та як давати з ними раду.



Жуліна Катерина

Zhulina Kateryna

Директор з виробництва управління контенту регіонального мовлення на «Суспільному»

Як споживати інформацію в медіа без маніпуляцій"

У сучасному світі інформаційних технологій, де технічні можливості дозволяють видавати дійсне за бажане, а правду за брехню та навпаки, дуже важко довіряти контенту. Певне простіше, або вірити в усе, або нічому не вірити. З іншого боку, як розуміти, що насправді відбувається, аби формувати своє ставлення до цього. Спробуємо навчитись відрізняти фейки від реальних подій, розібравши реальні кейси та майже правдиві історії.

Лекція-тренінг



Фоміна Ірина

Fomina Iryna

Дитячий та юнацький психолог

Мапа мого ресурсу

Запрошую в подорож по світу власного ресурсу. Методами арт-терапії ми віднайдемо власні скарби, потужні джерела сили та створимо мапу власного ресурсу, на який можна спиратися в ці важкі часи.

Арт-терапія



Герасименко Ірина

Herasymenko Iryna

Керівник підліткового клубу, керівник проекту AJT Junior та багато іншого

Ханукальний мобіль

Свято Хануку називають святом "Світла та дива", бо саме це дарує всім віру у можливості та реальність того, що це станеться саме з ним. На майстер-класі ми створимо літаючий мобіль до свята, який нагадуватиме нам про те, що дива трапляються з тими, хто в них вірить.

Творчий МК



Довгорук Валентина

Dovgoruk Valentina

В'яжу спицями, гачком: іграшки. Вишиваю хрестиком, шию адаптивну білизну

Ханукальний пончик

Творчість – це знайомство з кольорами, формами та текстурами, це створення нових емоцій та вражень, здобуття навичок та майстерності. На майстер-класі ми навчимося з'єднувати деталі, створювати форми, прикрашати та фантазувати, використовуючі різні матеріали та техніки.

Творчий МК



Русанова Світлана
Rusanova Svetlana

Сертифікований нутриціолог

Як підтримувати тіло в ресурсі

"Жити здорово-це жити здорово!" – це девіз життя! Бо особисте благополуччя, радість та щастя завжди йдуть поруч зі здоров'ям. Наш внутрішній стан завжди відображений на нашій зовнішності. Тож будемо відкривати секрети, як підтримувати тіло та душу, аби завжди бути в ресурсі та мати його в достатку і на волонтерські справи!

Лекція

Авдала Hillel

17:30–18:30



Кошина Віола
Koshyna Viola

Засновниця БФ "Незламний Харків", мадриха, організатор лідерських курсів. методист

Презентація лідерської ініціативи від JDC

Лідерство – основоположність нашої сучасності та те, що тисячоліттями рухало людство до розвитку. Саме тому, єврейські громади та JDC багато сил, часу та ресурсів докладають для вирощування лідерів у громадах та організаціях. Нова платформа для лідерів, для відкриття свого потенціалу, для зростання та розвитку себе на благо громади Вперше буде представлена. Не пропустіть свій шанс стати лідером та міняти наше сьогодні на краще завтра!

Презентація



Красий Тетяна
Krasii Tetiana

JR-координатор JDC_Україна, мадриха, організатор лідерських курсів

ГО "Фонд Маша"

Лекторій-обговорення щодо надання психологічної допомоги жінкам та їхнім дітям, які постраждали у війні. «Фонд Маша» – громадська організація, створена в 2020 році для протидії будь-якому виду насильства. З початком повномасштабного вторгнення Фонд допомагає жінкам та дітям, які постраждали від війни.

Лекція



Мураткіна Тетяна
Muratkina Tetiana

Голова ГО «Фонд Маша», кандидат філософських наук.



Висоцький Володимир

Vysotkyi Volodymyr

експерт-консультант з питань доступності побудованого середовища, член Міжнародної асоціації фахівців з доступності, співзасновник студії універсального дизайну ORFO, директор БФ "Єврейсько-українська соціальна ініціатива", Київ

БФ "JUSI"

CF JUSI прагне розширити можливості членів спільноти та суспільства загалом для побудови більш безпечного майбутнього та покращення якості життя найбільш уразливих та найменш захищених верств населення. Організацію створено молодими професіоналами єврейської громади Києва за підтримки ентузіастів-волонтерів та спонсорів. Ми фокусуємося на конкретних потребах спільноти і намагаємося виявляти гнучкість, щоб задовольнити потреби вразливих людей похилого віку, людей з обмеженими можливостями та сімей з дітьми.

Презентація



Вендрова Ліля

Vendrov Liliya

Co-founder та директор благодійного фонду Juice.

More than just a FUN. Як Juice перетворює дозвілля на благодійність

Всі люблять круті, стильні та якісні вечірки. Для когось це можливість познайомитися, для когось вийти "у Світ" нагадавши про себе, а ще це гарний привід побачитися з друзями, весело, класно та корисно провести час. Як з організацію таких вечірок перетворити на благодійність, видізнається на нашій зустрічі.

Лекція



Рева Марьяна

Reva Mariana

Голова правління БФ "Скарбниця Надії"

БФ "Скарбниця Надії"

Презентація діяльності благодійного фонду. Основний напрямок роботи - допомога важко хворим дітям в Рівненській області, допомога паліативним відділенням, лікарняна клоунада, пропаганда донорства крові, допомога пораненим військовим.

Презентація



Ципоруха Оля
Tsyporuha Olga



Бард Оля
Bard Olga

Со-координатори на пряму Координатор з логістики та операційної діяльності "Піжамної Бібліотечки"

Презентація

Презентація діяльності «Піжамна бібліотечка». Робота з дітьми 2-10 років

Любов до читання – одна з базових єврейських цінностей, яку більшість батьків хотіли б передати своїм дітям. Сімейне читання – це найкращий спосіб підтримати зв'язок між поколіннями. Системно просуваючи ці цінності, програма «Піжамна бібліотечка» заохочує батьків частіше знаходити час для читання та розмови з дітьми про найважливіші речі перед сном.



Лисак Марина
Lysak Maryna

Co-founder/ CEO міжнародного благодійного фонду «Кожен Може»



Пуцкова Марія
Putskova Mariia

Співзасновниця та операційна директорка міжнародного благодійного фонду «Кожен Може»

Лекція-бесіда

Як з волонтерської ініціативи вирости в міжнародний благодійний фонд і не вигоріти за 9 років. Історія фонду «Кожен Може»

Зустріч-бесіда з співзасновницями міжнародного благодійного фонду «Кожен Може». Про цінності, благодійність з наповненості, життєве призначення, факапи та шлях душі. Міжнародний благодійний фонд «Кожен Може» виріс із волонтерської ініціативи в 2014 році.

Фонд:

- Допомагає дітям з інвалідністю, які постраждали від війни в Україні.
- З 2014 року фонд допомагає пенсіонерам ВПО з інвалідністю.
- Системно підтримує медичним обладнанням та витратними матеріалами підопічні лікарні.
- Розвиває волонтерство та благодійність в Україні.

Всі проекти фонду втілюються завдяки краудфандінгу та волонтерським фандрайзерським ініціативам.



Мерсер Ніл Mercer Neil

Організаційний тренер у навчальному центрі "Tuval Organisational Effectiveness" у Верхній Галілеї на півночі Ізраїлю. Переїхав до Ізраїлю з Лондона ще в 1986 році. З 1997 року автор та тренер майстерень командоутворення – «лабораторій», в якій учасники можуть експериментувати зі своєю командною роботою та стилями лідерства з метою надання їм можливості вчитися та розвиватися як особистість, команди чи групою.

Тренінг

Відкритий тренінг

Мої семінари пропонують учасникам час та простір для вирішення проблем, пов'язаних з командною роботою, управління та лідерство через експериментальне навчання. Вони створені для органічних робочих команд, для колег, які хочуть ділитися та навчатися на досвіді роботи один одного або навіть учасників курсів, які зустрічаються вперше. У майстернях для навчання менеджменту чи розвитку лідерства, учасникам надається можливість керувати командою разом із отриманням відгуків колег про їхню поведінку. Я нагромадив величезний досвід роботи з різними типами груп, яким з радістю ділюся з вами!



Островська Людмила Ostrovskaya Ludmila

співкоординатор волонтерського центру "Kremenchug Volunteer community"

Творчий МК

Веселі брелочки

У дитинстві ми фантазуємо та створюємо казкові світи, де дружимо з вигаданими персонажами та подорожуємо різними куточками Землі. На майстер-класі ми створимо казкові дракончики із простих матеріалів і кожна дитина створить свою історію з нею.



Піжамна бібліотечка PJ Library

"Піжамна бібліотечка" – частина міжнародної програми PJ Library, заснованої в 2005 році американським єврейським філантропом Гарольдом Грінспуном. З 2019 року програма розпочала свою роботу в Україні.

МК/ Заняття для дітей

Казки на ніч з «Піжамною бібліотечкою»

Ми не хочемо переривати традицію вечірніх казок для дітей перед сном, яка, впевнені, склалася в кожному будинку. Тому, запрошуємо почитати казки та пофантазувати, щоби сни були яскраві та барвисті! А ще – можна вибрати улюблену книгу та отримати її у подарунок. Читання та обговорення книг, які надає передплатникам PJ Library, об'єднує не лише різні покоління однієї сім'ї, а й єврейські сім'ї, які мешкають у різних країнах.

26.11.
8:00–9:00

Неділя



Блануца Андрій
Blanutsa Andrii

Президент ГО Спортивний клуб Науковець,
тренер та організатор івентів з бігу
і скандинавської ходьби

Скандинавська ходьба

Скандинавська ходьба – вид фізичної активності, у якій використовується методика занять і техніка ходьби з використанням спеціальних палиць, схожих на лижні. Це версія ходьби з навантаженням для всього тіла, котрою можуть займатися як неспортсмени для оздоровчої фізичної активності, так і спортсмени, як вид спорту.

Ранкова активність



Мазурок Ганна
Mazurok Hanna

Багато років займаюся йогою та,
як волонтер, проводжу заняття майже
рік в Хеседі

Практика з Аштанга-йоги

Йога має безліч напрямків та шкіл, втім, в основному більшість практик включають вивчення технік дихання, медитації та різних динамічних та статичних позицій, що дозволяють впливати на безліч м'язових груп. У той самий час така активність має багато переваг психічного здоров'я. Нескладні асани зранку подарують заряд енергії та умиротворення на весь день.

Ранкова активність



Русанова Світлана
Rusanova Svetlana

Сертифікований нутріціолог

**Клуб здоров'я "Жити здороВо –
це жити здОрово!"**

"Жити здороВо-це жити здОрово!" – це девіз життя! Бо особисте благополуччя, радість та щастя завжди йдуть поруч зі здоров'ям. Наш внутрішній стан завжди відображений на нашій зовнішності. Тож будемо відкривати секрети, як підтримувати тіло та душу, аби завжди бути в ресурсі та мати його вдосталь і на волонтерські справи!

Ранкова активність



Райлян Микола, Єфіменко Дарія

Railean Nicolai, Yefimenko Daria

Координатори мережі "Volunteer Community" в Україні та Молдові.

Стратегія розвитку волонтерських центрів мережі. Тільки для координаторів

Закрита сесія по плануванню для координаторів волонтерських центрів мережі Volunteer community

Круглий стіл



Златкін Ариель

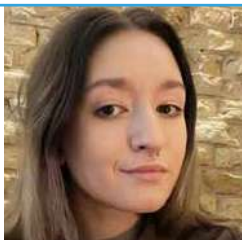
Zlatkin Ariel

Директор з розвитку співробітництва та партнерства відділу JDC-FSU, колишній виконавчий директор "Machanaim" та засновник національного Проекту підтримки громад. Працював у єврейських громадах у всьому світі.

За годину по єврейському календарю

Єврейський календар сповнений таємниць та додаткових смислів, у ньому криються таємниці нумерології, астрології, кабали та багато іншого, на вивчення всього можуть піти роки, а мовет навіть десятиліття. На нашій зустрічі ми постараємося познайомитись з азами та глибокими смислами, що криються у нашому календарі.

Лекція



Єгорова Яна

Yehorova Yana

Випускник школи мадрихів AJTeam Мадриха дитячих та підліткових груп в єврейській громаді. Викладач комп'ютерної грамотності в Хеседі. Координатор волонтерського проекту «Підлітки-волонтери»

Пакетне малювання

Малювання – своєрідна медитація, можна використовувати стандартні методи та предмети малювання, а можна розширювати свої кордони та виходити за рамки стандартного мислення. Саме цим ми будемо займатися на майстер-класі.

Творчий МК



Юрку Арина

Iurcu Arina

Студентка художнього коледжу

Центробежні картини

Рідкі картини – це форма абстрактного мистецтва, в якій для створення картини використовуються акрилові фарби рідкої консистенції. Акрилові фарби наливаються на полотно та взаємодіючи один з одним, створюють унікальні та візуально органічні мотиви, які створюють унікальний та неповторний малюнок.

Творчий МК



Шеляг Наталія

Sheliah Nataliia

Керівниця творчих зустрічей для членів общини, арт-терапевт, майстриня з використанням різноманітних технік та матеріалів.

Голуби миру

Ми всі зараз мріємо про одне, ці слова звучать з усіх радіостанцій, кожен із нас молиться зі МИР в Україні, Ізраїлі та кожному будинку. На майстер-класі ми виготовимо інтер'єрні прикраси (птахо-оберіг) з фетру, який стане символом надії та віри у МИР та світле майбутнє.

Творчий МК



Кравченко Оксана

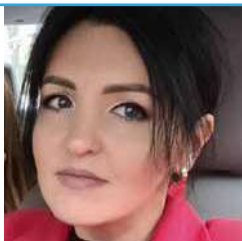
Kravchenko Oksana

Радник голови району в місті Кривий Ріг, магістр державної служби, проектний менеджер, грантрайнер, є член команди міста Кривого Рогу з розвитку стартап діяльності та інвестиційних питань – "Криворізька інноватика", волонтер.

Солодкий смак Хануки: Майстер-клас – СУФГАНІЙОТ

У кожної приємної події є свій запах, смак та асоціація. Свято Ханука пахне спаленим віском та ароматними, пишними, солодкими та смачними пончиками "суфганійот". Збереження давніх рецептів та хитрощів приготування передаються з покоління в покоління від бабусі до мами, від мами до доньки. Запам'ятаємо і ми цей аромат та смак, щоб зберігати асоціюючи його з добрими справами.

Кулінарний МК



Турбанова Тетяна

Turbanova Tatiana

Психолог, Гіпнотерапевт, Арт-терапевт

Медитація зі співочими чашами

Медитація – це потужний інструмент для зниження рівня стресу та тривожності, вона допомагає настроїтись на позитивний лад та віднайти ресурси. Саме на це буде спрямований сеанс.

Арт-терапія

Демішева Вікторія
Demiseva Victoria

Арт-терапія

Арт-терапія в монохромі. Розкрий себе

Арт-терапія є засобом вільного самовираження і самопізнання. Вона має «інсайт-орієнтований» характер; надає атмосферу довір'я, високої терпимості і уваги до внутрішнього світу людини. Це щось для себе і про себе. І, зазвичай, ми бачимо себе різнокольоровими, проявляємо себе різнобарвно. Але спробуємо розкритися лише в одному кольорі, тож буде цікаво.



Коган Марина
Kohan Maryna

Арт-терапевт, дого-терапевт

Тренінг

Летеринг + Дудлінг на єврейські свята

Пізнавально-медитаційний майстер-клас з творчості та релаксації, де ми створимо картини до єврейських свят, надамо їм додаткових сенсів вкладаючи особисте бачення та глибину.



Волліс Олексій
Vollis Oleksiy

Доктор філософських наук, спеціальність будівництво, втілюю знання на практиці та практичний досвід перетворюю в знання. Дякувати батькам маю руки з плечей.

Творчий МК

Орігамі (Бумага усе витримає)

Мистецтво орігамі своїм корінням йде в Стародавній Китай, де і був винайдений папір. Довгий час цей вид мистецтва був доступний лише представникам вищих станів, де ознакою гарного тону було володіння технікою складання з паперу.



Мартиненко Ольга
Martunenko Olha

Режисер, художній керівник БК, ведуча святкових заходів, аніматор

Заняття для дітей

Слайми – радість дітей та батьків

Майстер-клас з виготовлення „Слаймів”, тягучих та липких, які створюють гарний настрій при жамканні та хлюпанні, приємно пахнуть та розважають друзів.