



תוכנית טיול מומלצת



נורווגיה

אוסלו – בירת נורווגיה



כל האטרקציות, המסעדות ומקומות האוכל, טיולי הטבע, כולל מידע, טיפים ותמונות!



להתייעל עם יעל



נורווגיה – למען החברה והסביבה באהבה



- א. **כמעט ללא מזומנים** - הנורווגים משתמשים באמצעי תשלום דיגיטליים אפילו לתשלום 20 קרונות (6 שקלים) לשירותים! הם כמעט ולא משתמשים במזומנים, חוסכים בנייר ובכריתת עצים.
- ב. **מכוניות חשמליות** - הנורווגים נוסעים בעיקר במכוניות חשמליות ולא במכוניות המונעות בדלק. שומעים את המנועים ורואים את המכוניות נטענות בתחנות.
- ג. **מיחזור מים** - לבריכות שחייה, למזרקות.
- ד. **מחוות לפועלים** - בחלק הקדמי של בניין העירייה באוסלו מוצבים 6 פסלים של פועלים בסיטואציות עבודה שונות, כהערכה לפועלים שהשקיעו בבניין.
- ה. הכרה בקהילות הלהט"ב.
- ו. **מיצגי ענק מחומרים ממוחזרים**.
- ז. **פרסי נובל** - מעניקים פרסי שלום לעוסקים במלאכה מכל העולם.





יום 1 – הגעה לאוסלו

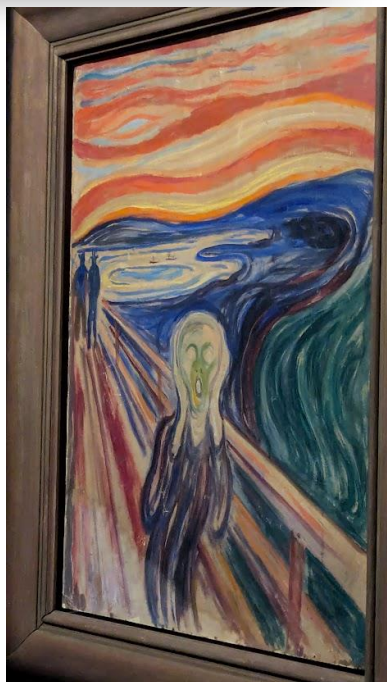


יום 1	יום רביעי 10.7.24
חלק ביום	תוכנית כללית + המלצות במפות גוגל
בוקר	טיסה לאוסלו
צהריים	הגעה למלון + התארגנות
אחר צהריים	<u>מוזיאון מונק</u>
ערב	מסעדת ראמן <u>Koie Ramen</u>
לינה	<u>Munch</u>
	<u>מלון Thon</u>





מוזיאון מונק



מוזיאון הצייר הנורווגי המפורסם אדוארד מונק - חובה!!
מבחר יצירותיו מסודרות לפי קונספטים (אהבה, לבד, וריאציות, מוות, ועוד)
בשש קומות, 3 קומות תצפית על אוסלו, קומת מסעדה ופעילויות לילדים.

טיפים למוזיאון -

1. נכלל בכרטיס פס אוסלו לכניסה למוזיאונים ולתחבורה.
2. הכניסה למוזיאון לפי זמנים כדי לאזן את העומס. קחו כרטיסים לשעה מתאימה ובינתיים צפו בסרטונים, אחסנו את התיקים (ללא מים!) ובקרו בחנות.
3. הקומה המרכזית היא רוצה 4 שבה מוצגת תמונת הצעקה, הערפד, הילדה החולה, המתרחצים.
4. תמונת הצעקה בחדר מרכזי בקומה 4. נפתחת לצפייה בשלוש גירסאות, חצי שעה לכל גירסה. שווה המתנה.

על אדוארד מונק (1863-1944)

- * נולד בנורווגיה, צייר בסגנון אימפרסיוניסטי וארט נובו.
- * פגש את המוות בילדותו - אמו נפטרה משחפת כשהיה בן 5, אחותו נפטרה בגיל 14 כשהיה בן 13. הנושא מתבטא בציוריו.
- * הושפע מפול גוגן וטולוז לוארנק כשביקר בפאריז.





יום 1 – מסעדה ומלון



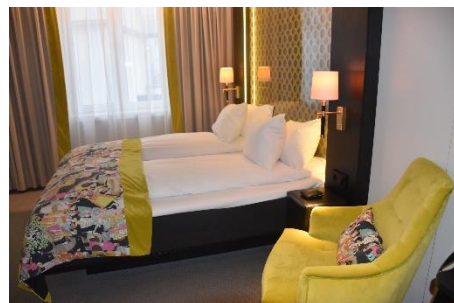
Koie Ramen Munch מסעדת ראמן

מקום נחמד לאכול ראמן, סמוך למוזיאון מונק. הזמנו 2 מנות ראמן, Tonkaotsu. היה תענוג!!! מנה משביעה שעושה טוב בגוף ובנשמה. הקימצי טעים אבל חריף מדי לטעמי. תיתכן המתנה, אבל התור מתקדם מהר בזכות השירות היעיל. מסעדה אותנטית באווירה נעימה. מחירים סבירים (ראמן - 200 קרונות)



Thon מלון

מלון מצוין במיקום מצוין באוסלו - חדר מסודר לפי הצורך, שירות אדיב וחייכני, קפה, תה, קרח ופיצוחים בלובי ובלאונג' כל הזמן, חדר כושר, וגולת הכותרת - המלון זכה בפרס על ארוחת הבוקר הטובה ביותר באוסלו, לא התפלאנו.... כל מה שצריך לחופשה בעיר ב-600 שקלים ללילה בלבד.



ארוחת הבוקר מגוונת מאוד - מבחר מנות חמות: ירקות, פשטידות, גבינות (כולל גבינה חומה טיפוסית מקומית), נקניקים, הר סלמון, לחמים, עוגות, יוגורטים ומבחר תוספות. בעמדת המשקאות מגוון ענק של מיצים ומשקאות אנרגיה, קפה ותה, יוגורטים, מיצים טבעיים וסחוטים טרי. המלון באווירה של אנרגיות טובות, בעיקר בגלל השירות האיכותי. כל דבר שביקשנו - קיבלנו בחיוך מלא ויטמינים. נמליץ לכולם ונחזור לכאן.





יום 2 – מרכז העיר אוסלו



סיור רגלי Free Walking Tours Oslo

פרנציסקו מסביר באנגלית ברורה על כל המקומות המעניינים, כולל ההסטוריה ואנקדוטות מרתקות, הוא מתבל דבריו בהומור רב, בהמלצות בכל התחומים שמעניינים תיירים ומשיב לשאלות. התחלנו בתחנה המרכזית של אוסלו ליד הנמר (יש הסבר לסמל הנמר!), צפינו ברחוב החנויות המרכזי, הלכנו לכיוון בית האופרה ובטיילת לצד הסאונות - אטרקציה נורווגית והנמל, נכנסנו למתחם הטירה ומוזיאון ההתנגדות אל נקודת תצפית מרהיבה על הפיורד. פרנצסקו פרש בפנינו את ההסטוריה הפוליטית, החברתית והכלכלית של נורווגיה. יש הפסקת שירותים כעבור שעה. הסיור חינם, אבל מקובל לתת טיפ!



יום 2		יום חמישי 11.7.24
חלק ביום		תוכנית כללית + המלצות במפות גוגל
בוקר	ארוחת בוקר במלון Thon	
	סיור רגלי Free Walking Tours Oslo	
צהריים	מוזיאון נובל לשלום Nobel Peace Center	
אחר צהריים	מסעדה הודית Jaipur	
	מוזיאון התנ"ך Nordisk Bibelmuseum	
	סאונה Oslo Badstuforening, Langkaia	
לינה	מסעדת ברך Den Glade Gris מלון Thon	





יום 2 – מרכז העיר אוסלו



מוזיאון נובל לשלום Nobel Peace Center

מוזיאון המרכז את חייו ופועלו של אלפרד נובל, שפעל לקידום פעולות חברתיות אנושיות לשלום בעולם. המוזיאון מסודר לפי שנים: מילדותו של נובל כחולה השואף לאושר, דרך פועלו להמצאת הדינמיט והסיבה להחלטות להשקיע את כספו בהענקת פרסים: לאחר שראה פרסום מודעה על מותו בטעות, והחליט שלא כך ירצה שיזכרו אותו.... המוזיאון אינטראקטיבי, מוזמנים ללחוץ על כפתורים. ניתן לצפות במקבלי הפרסים בצורות שונות. ביניהם: * מרטין לותר קינג מדרום אמריקה. * רנה קאסן שייסדה את מגילת זכויות האדם של האו"ם. * אנדריי סחרוב הפיזיקאי שהמציא את השיטה לפירוק נשק. * שירין עבדי שפעל לזכויות האדם באיראן. * תערוכה מתחלפת - יוקו אונו האמנית מניו יורק (קומה נפרדת) * שמעון פרס ויצחק רבין. * מנחם בגין ויאסר ערפאת. דגשים: * הכרטיס כלול באוסלו פס. * שימו לב למפת השלום שבה חותמים, imagine peace, ישראל ואוקראינה שחורות מחותמות. מי יתן ולא יהיו עוד מלחמות!



סרטון שביל השלום במוזיאון נובל לשלום





יום 2 – מרכז העיר אוסלו



מוזיאון התנ"ך Nordisk Bibelmuseum

- מוזיאון קטן ובעל משמעות גדולה - אוסף של ספרי תנ"ך ייחודיים – הכי קטן, הכי נמכר, הכי מצויר (בציורי רמבראנט!). המוזיאון מוסבר בנורווגית, אבל: קיבלנו 2 ספרים באנגלית עם הסברים מפורטים. מומחה תנ"ך הסתובב והשיב לשאלות. מהמוזיאון:
- במאה השביעית שריפת התנ"ך על ידי יהויקים מלך יהודה.
 - 1541 - התרגום הראשון של התנ"ך לשבדית. * 1685 - התנ"ך הפיני הראשון שהודפס. * 1814 - הדפסת התנ"ך הנמכר ביותר בעולם. עוד פרטים – בקישור בגוגל מפות.



מסעדה הודית Japur

מסעדה הודית, Jaipur, אוסלו מסעדה הודית המגישה בצהריים מזנון חופשי של מאכלים אותנטיים טעימים במחיר מצחיק (150 קרונות לאדם, 53 שקלים) במזנון מנות בשר, עוף ודגים, תוספות וירקות וסלט ירוק. המנות הטובות: צ'יקן מסאלה, תבשיל טלה, דגים ברוטב עגבניות, דרך עדשים ירוק, תבשיל ירקות (תפוח אדמה, גזר ואפונה), תרד ותפוחי אדמה וסלט רוקט. ארוחת צהריים מושלמת במחיר נהדר.





יום 2 – מרכז העיר אוסלו



מסעדת ברך Den Glade Gris

מסעדה המתמחה בברך על שיפוד ענק! העיצוב מרהיב, עם חזירים מסביב - על השולחנות, על הבר וסביב החלונות. למנה ראשונה טעמנו בשר לויתן מעושן (מזכיר טונה אדומה). הקומבינציה עם רוטב פירות היער הוורדרד, עלי הרוקט והצנימים החתוכים מעולה! מנת הברך מרשימה בגודלה - ברך מטוגן עם ציפוי קריספי, מונח על העצם במרכז הצלחת. לצד כרוב וגזר מאודים קריספיים ומסביב פירה תפוח אדמה ברוטב חרדל. יאמי! מנת פיש אנד צ'יפס נהדרת - דג קוד עסיסי מטוגן טרי למד צ'יפסים עבים וקרם אפונה מיוחד. קינחנו בקרם שוקולד לבן מתקתק עם פצפוצי בייקון מטוגן שהזכיר קראמל מלוח. שימו לב - יש 20% הנחה בהצגת אוסלו פס!!



סאונה Oslo Badstuforening, Langkaia

מתחם סאונות בפוירד של אוסלו, אל מול הנוף המרהיב של בית האופרה מוזיאון מונק. יושבים בסאונה, יוצאים להתאוויר או לקפוץ למים הקפואים ושוס סאונה... במתחם חדרי הלבשה פרטיים וציבוריים. שעה וחצי של כיף והנאה. המחיר 195 קרונות לאדם (כ-70 שקלים) תביאו הרבה שתייה קרה, מגבות וספר טוב ואתם מסודרים.





יום 3 – אי המוזיאונים, אוסלו



מוזיאון הפולקלור Norwegian Museum of Cultural History

מוזיאון פתוח המציג את החיים בנורווגיה לאורך התקופות באופן מוחשי. אווירה קסומה של בתי עץ בתוך כרי דשא ירוקים, חזירים, מוזיקה שמחה ואנשים בתלבושות צבעוניות של פעם. אל תוותרו על תכנית הסיורים המאלפים של המוזיאון: * ריקודי עם בגירסאות שונות, כולל הסברים על כלי הנגינה העתיקים. מדי שעה החל מ-10:30. * סיור בתים לאורך התקופות המציג את שינויי הריהוט, התאורה, הרחצה והשירותים, הבישול וחיים החברה! 45 דקות ב-11:00. * סיור המקומות הנבחרים - שעה מרתקת בין הבתים הייחודיים של ימי הביניים עם סיפורים על החיים - מזון, עבודה, דת, מעמדות, מיסים, שינה, סקס, ואפילו קונדום מהמאה ה-17. למדנו איך מבחינים בבתים מימי הביניים (ללא חלונות, ללא ארובה), איך יודעים לכמה נערות הציע נישואין כל אחד ועוד.



להתייעל עם יעל

יום 3		חלק ביום
יום שבת – 12.7.24		תוכנית כללית + המלצות במפות גוגל
בוקר	ארוחת בוקר במלון Thon באוסלו	
	מוזיאון הפולקלור	
צהריים	מוזיאון השואה	
אחר צהריים	מוזיאון farm	
	מוזיאון קונטיקי Kon-Tiki Museum	
ערב	מסעדת Fiskeriet Youngstorget	
לינה	מלון Thon	



יום 3 – אי המוזיאונים, אוסלו



מוזיאון השואה Center for Studies of the Holocaust and Religious Minorities



מוזיאון הפורש את סיפורה של הקהילה היהודית בנורווגיה לאורך ההסטוריה. בתצוגות מתועדות, תמונות, סרטונים וראיונות של השורדים מתקבלת תמונת מידע על גורלם של 2100 יהודי נורווגיה. כשליש נספו, 34 שרדו את אושוויץ לאחר שנשלחו באונייה SS Danau, כ-1100 יהודים ברחו דרך שבדיה, 14 ילדים שהוברחו מבית היתומים. 25 מאמרים בעברית מוגשים בטאבלט וניתן ללכת איתם במסלול המוזיאון ולהבין לעומק את הסיפורים שמאחורי הדמויות. 26 בנובמבר 1942 - היום שבו היהודים נעצרו והובלו למחנות ההשמדה מובא מכמה זוויות וחוויות לא נעימות של אלו ששרדו. אל תפספסו את תיק הגב המרגש ששימש את האנס כריסטין כדי לשאת את איוואר ברמן בן ה-4 ולהצילו ממוות. כישראלים ההסברים הכלליים מוכרים לנו, החידוש במידע על גורל יהודי נורווגיה. רק חבל שיש סיפורים אישיים בודדים מפורטים.





יום 3 – אי המוזיאונים, אוסלו



מוזיאון farm

מוזיאון המציג את סיפורה של ספינת Fram ומסעותיה מהכף הצפוני אל הקוטב הצפוני וגילוייו. מדי 15 דקות סרטון עם כל מה שקדם לגילוי הקוטב הצפוני (אלפי ניסיונות, מאות ספינות טובעות) וסיפור ההצלחה של האונייה Fram, בהמחשה של השייט תצפו בהגעה ליעד סביב הקרחונים, בתנאי מזג אוויר קשים ובאורות הצפון. בתערוכות המושקעות סיפורי הנוסעים, ציורים, תמונות אמנות וסרטונים מהמסע, חיות שפגשו בכיכובם של דובי הקוטב. במקום גם ספינת הדייג עם כל התכולה שלה.



מוזיאון קונטיקי Kon-Tiki Museum

מוזיאון קטן המתאר את הרפסודות הענקיות שבנה קונטיקי כדי להוכיח את התיאוריה שלו - שאפשר להגיע למקומות רחוקים ברפסודה!! הרפסודה המרשימה מוצבת בכניסה. גם אם יש לכם כמה דקות - שווה לראות!





יום 3 – אי המוזיאונים, אוסלו



מסעדת Fiskeriet Youngstorget

מסעדת דגים ופירות ים טריים (בתוך חנות דגים).

מסעדה מהודרת ולא זולה.

מנת שרימפסים טריים מוגשת עם לחם ורטבים היוותה פתיחה טובה. מרק דגים

הוא להיט בפני עצמו. גולת הכותרת -

מולים ברוטב פרופנסאל - רמה מעל.

מנה ראשונה שרימפסים, מרק דגים

ומולים עלו 950 קרונות, כ-320 שקלים.

צריך להזמין מקום מראש. ניתן לבחור

שולחן בפנים או בחוץ.



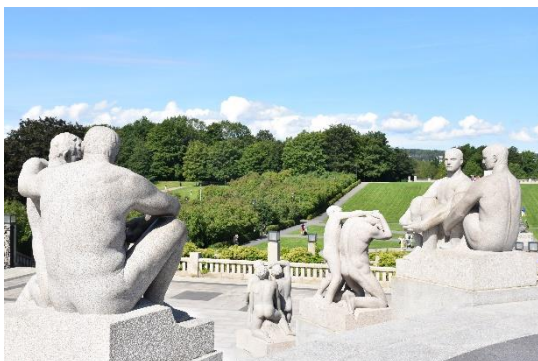


יום 4 – פארק + מוזיאון ויגלנד



פארק ויגלנד Park Vigeland

פארק + מוזיאון ויגלנד, אוסלו The Vigeland Museum הפסל הנורווגי ויגלנד הפליא בעיצוב פסלים ייחודיים מגרניט המוצגים ברוב פאר בפארק ענק ובמוזיאון השוכן במבנה ששימש בעבר כסטודיו של האמן (קומת הקרקע) וכביתו (קומה ראשונה - יש להזמין סיור). הפסלים ייחודיים: הבעות הפנים האנושיות ממחישות את הרגשות של הדמויות. כל הדמויות עירומות, מתוך כוונה להסיר כל שייכות לתרבות או לגזע. מוצלץ לסייר בפארק לפי המפה כדי לא לפספס: * בכניסה ממוזיאון ויגלנד פסלים בודדים, ביניהם פסל המופתעת, פסל המשולש - גבר מניף שתי נשים ויוצר משולש ועוד.



יום 4	
יום ראשון 13.7.24	
חלק ביום	תוכנית כללית + המלצות במפות גוגל
בוקר	ארוחת בוקר במלון Thon
צהריים	פארק ויגלנד Park Vigeland





יום 4 – פארק + מוזיאון ויגלנד



פארק ויגלנד Park Vigeland

* בהמשך מצד שמאל המוניומנט - עמוד שעליו מחוברים פסלים של אנשים. יצירת המוניומנט נעשתה במשך 14 שנה על ידי 3 פסלים: נורווגי, דני ושבדי. יציקת הגרניט גרמה לשלושתם לחלות במחלת ריאות קשה וקטלנית. הם חשו שהעבירו מסרים לעולם על ידי עבודת הקודש של הפיסול. סביב המוניומנט פסלים על פי מעגל החיים - לידה, תינוקות, פעוטות, ילדים, נערים, אהבה בין בני זוג, דאגה ומכאוב בהמשך החיים, ועד הזקנה. * מזרקה ענקית שסביבה עצים שעליה תלויים בני אנוש. * גשר הפסלים המתארים חוויות מחיי היומיום: אבא מניף תינוקות, נערה קופצת משמחה, ילד כועס! * פסל השבט - משפחה רחבה כאובה. במוזיאון הסקיצות שיצר ויגנולד מגבס לפני שיצר את הפסלים בפארק, רישומים ומסמכים.





תודה!



לשאלות והתייעצויות

yael.grinshpoun@gmail.com

+972 54-560-1019

להתייעל עם יעל



להתייעל עם יעל