



ידיעון להשכלה בשעות הפנאי

סמסטר אביב תש"ף 2020

הפקולטה לחקלאות
מזון וסביבה
ע"ש רוברט ה. סמית

המדור ללימודי חוץ



האוניברסיטה העברית בירושלים
THE HEBREW UNIVERSITY OF JERUSALEM



דבר הדיקון

הפקולטה לחקלאות, מזון וסביבה ע"ש רוברט ה. סמית של האוניברסיטה העברית רואה בשילובה עם הקהילה שבסביבתה חלק בלתי נפרד מחזונה לפתח חקלאות מתקדמת בסביבה בריאה ובטוחה. מרכיב חשוב בחזון זה הוא הקניית השכלה לתלמידי הפקולטה, לאזרחים שבסביבתה ולבאים אליה מארצות העולם.

כמוסד ציבורי להשכלה גבוהה, אנחנו רואים עצמנו כמשרתי ציבור בעלי שאיפה לפתוח אופקים חדשים ולהעניק ידע לבאים בשערינו. אשר על כן ביתנו פתוח ואנו מזמינים אתכם ליטול חלק במגוון רחב של פעילויות העשרה.

המדור ללימודי חוץ, המהווה יחידה אורגנית בפקולטה, יפתח גם השנה את שערו למסגרות לימודים שונות, שבמהלכן יכול הציבור להיחשף לקשת רחבה של קורסי העשרה בתחומים רבים ומגוונים של המדע והאמנות השימושית, ושורה ארוכה של הרצאות בנושאים פופולאריים ומעוררי סקרנות.

קיימת גם אפשרות ליטול חלק בקורסי הפקולטה ה"רגילים" בשיתוף עם הסטודנטים שלנו. החשיפה לגירוי האינטלקטואלי הזה תעניק למשתתפים ידע ועניין ותגוון את מסגרת השבוע במהלכה יזכו המשתתפים בערך מוסף של חוויה תרבותית וחברתית מרתקת.

אני מזמין אתכם, תושבי הסביבה, לעיין בחוברת המצורפת, לבחור את הנושאים המתאימים לטעמכם, ולבוא אלינו כדי להיחשף בקמפוס האוניברסיטאי ברחובות לחוויית לימודים מיוחדת במינה, הרוויה בחדשנות, חשיבה וידע.

נשמח לארח אתכם בביתנו.

פרופ' בני חפץ

דבר מנהלת המדור

הפקולטה לחקלאות, מזון וסביבה ע"ש רוברט ה. סמית של האוניברסיטה העברית והמדור ללימודי חוץ שמחים לספק לקהילה שסביבנו אפשרויות לפתיחת אופקים חדשים ולהעניק ידע לבאים בשערינו. בהזדמנות זו אני מזמינה כל אחת ואחד מכם ליטול חלק במגוון רחב של פעילויות העשרה.

המדור ללימודי חוץ מציע קשת רחבה ומגוונת של קורסי העשרה בתחומים רבים של המדע, אמנות, שפות, דתות ותרבויות ועוד תחומים רבים. הקורסים מתקיימים בשעות אחר הצהריים ובימי שישי. חוברת זו מפרטת את המגוון הרחב של הפעילויות.

המידע אודות תכניות נוספות מפורט באתר שלנו: <http://hutz.agri.huji.ac.il>

בנוסף לקורסי העשרה המפורטים בחוברת זו אנו מציעים תכני ידע נוספים:

השתלמויות מקצועיות: קורסים שנתיים בתחומי: דבורים, לול, מדגה, צאן, רפת ועוד...

לימודי תעודה: לימודים רב שנתיים וקצרים בתחומי: שמאות חקלאית, תזונה, הסמכת טועמי שמן זית ועוד...

תלמידי חוץ בקורסי הפקולטה: קיימת אפשרות להשתתף בקורסים בודדים מתוך מגוון לימודי ה"בוגר" וה"מוסמך" כתלמידים שלא מן המניין.

סמסטר קיץ וקורסי הכנה: קורסים הניתנים כהכנה לשנה"ל האקדמית ומיועדים לסטודנטים מן המניין בתחומים המדעיים כגון: מתמטיקה, פיסיקה, כימיה, כלכלה ועוד...

קורסים בהתאמה אישית: תפורים לפי מידת הלקוח ועל פי בקשתו.

אני מזמינה אתכם, תושבי הסביבה, לעיין בחוברת המצורפת, לבחור את הנושאים המתאימים לטעמכם, ולבוא אלינו כדי להיחשף לחוויית לימודים מיוחדת במינה, הרוויה בחדשנות, חשיבה וידע בקמפוס ירוק ומלבב.

נשמח לראותכם

בברכת שנה פוריה ומהנה,

רחלי ענברי

קורסים במהלך השבוע אה"צ

- 24 The Japanese Mind: 10 words to understand Japanese Art and Culture
25 ישעיהו ליבוביץ' - זהות יהודית וישראלית במבחן
27-26 צ'י קונג - לבריאות הגוף והנפש
27 יוגה צחוק ופיתוח חשיבה יצירתית
28 פיתוח מנהיגות, מצויינות והעצמה אישית וניהולית
29 רישום וציור באקדמיה - מתקדמים
30 רפואה עתיקה להווה בריא
31 קרימינולוגיה - הצד האפל של החברה
32 המהפכות של ניטשה: הפילוסוף ומשנתו
33 תכנון גן הנוי הפרטי
34 צמחי מרפא ותבלין לאורח חיים בריא
35 מבט אחר על נושאי מפתח באמנות ויצירות המופת המוכרות
36 פסיכולוגיה של שקרים, הונאה ומניפולציות
37 מזון גוף ועד מאטיס: האמנות בסוף המאה ה-19 ובראשית המאה ה-20
39-38 נפלאות התזונה - שיפור בריאות הגוף בדרך נבונה
39 המרכזים היהודים במערב
40 מחשבה יוצרת מציאות - שנה את חשיבתך וישתנו חיך

תוכן העניינים

קורסים בימי שישי

- 6 מערכת הלימודים במהלך השבוע אה"צ
7 מערכת הלימודים ומועדים - ימי שישי
43-41 סדרי הרשמה

מדעי הרוח והחברה

- 8 בראשית היתה אפריקה
9 תולדות האנושות
10 תרבויות סביב העולם
נכנסים לפרדס: מספר בראשית לספר הזוהר -
11 מבוא לעולם התנ"ך שלא הכרתם
13-12 המסע אל נבכי ספר בראשית
15-14 הגות נוצרית בימי הביניים: על האלוהים, העולם, האדם וגאולת הנפש
צריך כפר שלם כדי לגדל ילד - החינוך בספרטה והחינוך הקיבוצי -
20 2500 שנות דמיון

מדעי החיים

- 17-16 המוח האנושי - מבט לעולם מופלא

תחומים כלליים

- 19-18 צ'י קונג - לבריאות הגוף והנפש
19 אינטליגנציה רגשית ותקשורת בינאישית אפקטיבית
21 חיים ונהנים בעולם הדיגיטלי
22 סדנת כתיבה אישית - הדיבור השקט של הנפש
23 כשהגה בידיים שלנו: מודעות עצמית לחיים טובים

מערכת הלימודים במהלך השבוע - אה"צ

ראשון

18:30 - 17:00

◆ The Japanese Mind: 10 words to understand Japanese Art and Culture

19:30 - 18:00

◆ ישעיהו ליבוביץ - זהות יהודית ישראלית במבחן

◆ יוגה צחוק ופיתוח חשיבה יצירתית

◆ פיתוח מנהיגות, מצויינות והעצמה אישית וניהולית

20:15 - 18:00

◆ רישום וציון באקדמיה מתקדמים

20:00 - 18:30

◆ צ'י קונג - לבריאות הגוף והנפש

◆ רפואה עתיקה להווה בריא

שני

19:30 - 18:00

◆ קרימינולוגיה - הצד האפל של החברה

◆ המהפכות של ניטשה: הפילוסוף ומשנתו

◆ צמחי מרפא ותבלין לאורח חיים בריא

20:15 - 18:00

◆ תכנון גן הנוי הפרטי

20:00 - 18:30

◆ מבט אחר על נושאי מפתח באמנות ויצירות המופת המוכרות

שלישי

18:30 - 17:00

◆ פסיכולוגיה של שקרים, הונאה ומניפולציות

19:00 - 17:30

◆ מואן גוך ועד מאטיס: האמנות בסוף המאה ה-19 ובראשית המאה ה-20

19:30 - 18:00

◆ המרכזים היהודים במערב

◆ נפלאות התזונה - שיפור בריאות הגוף בדרך נבונה

◆ מחשבה יוצרת מציאות שנה את חשיבתך וישתנו חיך

מערכת הלימודים - ימי שישי

שישי 10:30 - 09:00

◆ בראשית היתה אפריקה

◆ תולדות האנושות

◆ נכנסים לפרדס: מספר בראשית לספר הזוהר - מבוא לעולם התנ"ך שלא היכרתם

◆ המוח האנושי - מבט לעולם מופלא

◆ אינטליגנציה רגשית ותקשורת בינאישית אפקטיבית

◆ חיים ונהנים בעולם הדיגיטלי

שישי 12:30 - 11:00

◆ תרבויות סביב העולם

◆ המסע אל נבכי ספר בראשית

◆ הגות נוצרית בימי הביניים: על האלוהים, העולם, האדם וגאולת הנפש

◆ צריך כפר שלם כדי לגדל ילד - החינוך בספרטה והחינוך הקיבוצי - 2500 שנות דמיון

◆ צ'י קונג - לבריאות הגוף והנפש

◆ כשההגה בידיים שלנו: מודעות עצמית לחיים טובים

12:30 - 09:30

◆ סדנת כתיבה אישית - הדיבור השקט של הנפש

מועדי הלימודים ימי שישי

מרץ: 27.03.20, 20.03.20, 13.03.20

אפריל: 24.04.20, 03.04.20

מאי: 22.05.20, 15.05.20, 08.05.20, 01.05.20

יוני: 19.06.20, 12.06.20, 05.06.20

בראשית היתה אפריקה

מרצה: גלעד פלש, ביולוג, אנתרופולוג, אוקיינוגרף ובעיקר... "אפריקנולוג"

הקורס עוסק בהיכרות עם נושאים שונים הקשורים בתולדותיה ומאפייניה של היבשת הקדומה בעולם. ההרצאות יתמקדו בסוגיות שונות כגון הקולוניאליזם האירופי באפריקה, התרבות הפוליטית של מנהיגי היבשת, ההיסטוריה הקדומה של האימפריה האקסומית ועולם הטבע העשיר של היבשת. הקורס יתמקד במקומות שונים, בעיקר במזרחה של היבשת (אתיופיה, קניה ואוגנדה) ובצפונה (מצרים ומרוקו). דגש מיוחד יינתן גם לקשר של מדינות אפריקה לישראל, מבחינה היסטורית וגיאוגרפית-פוליטית.

- ◆ בראשית הייתה אפריקה - השבר הסורי אפריקאי - השפעתו על עיצוב היבשת ועולם החי שבה.
- ◆ ליבו הפועם של כדור הארץ - מדבר דנקיל (אתיופיה) - על התפרצויות וולקניות מדבר המלח ומה שביניהם.
- ◆ האיים שמעבר לעננים - ההרים הגבוהים באפריקה - הקלימנג'רו והר קניה. יערות גשם וקרחונים תלויים בין שמיים וארץ.
- ◆ טורפים ונטרפים - המערכה האקולוגית בסוואנה האפריקאית.
- ◆ אנשי האגם - צעדים ראשונים בגב זקוף - ממצאים, מחשבות ואמונות.
- ◆ אנשים קטנים במדבר גדול - הבושמנים וההדזבה ומה שביניהם.
- ◆ טקסי מעבר והתבגרות בשבטים אפריקאים - סלקציה בין טובים וטובים יותר.
- ◆ אתיופיה - המוזיאון של האנושות. מהילדה הזקנה בעולם "מיס לוסי" ועד תרבות חצובה באבן.
- ◆ מדגסקר - בועה בלב-ים, מארג חיים ייחודי שאין דומה לו בעולם - מהצינגי הגדול ועד טקס הפמדיהנה.
- ◆ מייצג אפריקה שלי - קניה וטנזניה בעין המצלמה.

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 09:00 - 10:30 מחיר: 780 ₪

תולדות האנושות

מרצה: טל רשף, מרצה ויועץ לפעילות עסקית מול תרבויות שונות בעולם

מבט אל 4,000 שנה של היסטוריה ומיליוני שנים קודם לכן. אל הדרך שהאדם עבר מאז היותו קוף ועד שהקים חברות הייטק, מה מנתב ומנווט את תולדות האדם, הסיפור שמאחורי החומה הסינית הגדולה, כיבושי נפוליאון, הכניסה לעת המודרנית, ובין כל אלה מסעו הספציפי של העם היהודי בין אומות העולם.

- ◆ מקורו של האדם
- ◆ הופעתן של תרבויות
- ◆ עלייתן של אימפריות
- ◆ הדרך בה מעצבת הטכנולוגיה את האנושות
- ◆ העקרונות שמנהלים את ההיסטוריה
- ◆ הברבורים השחורים, האירועים החריגים בהיסטוריה העולמית
- ◆ העם היהודי לאורך ההיסטוריה
- ◆ מהעת העתיקה לימי הביניים
- ◆ הופעת העולם המודרני
- ◆ עתידן של אומות העולם

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 09:00 - 10:30 מחיר: 780 ₪

תרבויות סביב העולם

מרצה: טל רשף, מרצה ויועץ לפעילות עסקית מול תרבויות שונות בעולם

עשרה מפגשים שלוקחים אותנו למסע בין תרבויות העולם, להכיר מקרוב את האלים ההודים, המקדשים היפניים, פסלי אי הפסחא, השדרות של פריז, השדרות של בואנוס איירס, ולהבין מתוך אלה אודות תרבויות ומה שיוצר אותן.

- ◆ מהי תרבות ומה מעצב אותה
- ◆ תרבות סין
- ◆ תרבות יוון העתיקה
- ◆ תרבות הודו
- ◆ התרבות היהודית לאורך ההיסטוריה
- ◆ תרבות צרפת
- ◆ ארגנטינה של גאוצ'וס וגנרלים
- ◆ תעלומת היעלמות תרבות המאיה
- ◆ תרבות מונגוליה והאימפריה של ג'ינגיס חאן
- ◆ עליית תרבות העולם המודרני

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 11:00 - 12:30 מחיר: 780 ₪

נכנסים לפרדס: מספר בראשית לספר הזוהר מבוא לעולם התנ"ך שלא הכרתם

מרצה: ד"ר לוי שפטוביץקי, בעל שני תארי דוקטור מאוניברסיטת סורבון, פריז ומאוניברסיטת בר-אילן

מסע מרתק החושף את נסתרות ספר בראשית. סדרת הרצאות על סודות הבריאה, בריאת העולם ובריאת האדם. נערוך הכרות עם ראשית האנושות ונגלה את מהותו של האדם.

בכתבי חז"ל, פרדס הוא כינויה של תורת הסוד היהודית, העוסקת במה שמכונה "סתרי האלוהות". המקור המרכזי שעליו מתבסס השימוש בביטוי זה הוא הסיפור הידוע המצוי בתלמוד הקרוי "ארבעה נכנסו לפרדס". בסיפור ארבעה חכמים גדולים נכנסו לעולמות רוחניים ה"פרדס", אבל לא כולם יצאו משם בריאים ושלמים. "פרדס" זאת גם שיטה מיוחדת ומרתקת לחקור ולהבין את התנ"ך, להגיע לעומקים של ספר הספרים. "פרדס" ראשי תיבות: פשט-רמז-דרש-סוד, מאפשר ללמוד ולהבין כל פסוק בתורה בארבעה מישורי הבנה שונים. הראשון נקרא "פשט" והפשט הוא פשוט להבין את מה שכתוב, "רמז" - הוא הרומז לנושא אחר שאינו מובן מפשט, ה"דרש" - הוא קשר אסוציאטיבי לנושא אחר שעליו רוצה הדרשן לדבר, איננו בהכרח בא להסביר את הפשט אלא לדרוש דרשה או סיפור להרחבת התמונה, ו"הסוד" - הוא חלק הנסתר של כל פסוק וניתן להבינו באמצעות מושגים וכלים רוחניים. המפתיעה ביותר היא דרך הסוד. ידריך אותנו בדרך המיסתורית הזאת ספר הזוהר, הטקסט הסתום, הקסם האופף אותו וכוחו המיסטי המעוררים התעניינות רבה בקרב מיליוני קוראיו. ספר הזוהר - אותו חיבור רב סודות, מסתורין, ויוצא הדופן אשר הפך לאחד הכתבים בעלי השם הנודע בכל עולם.

במשך הקורס אנחנו נכנס ל"פרדס" של טקסטים ידועים ואהובים מספר בראשית, אבל נחזור בשלום!

◀ קורס לממשיכים עם מבוא למתחילים.

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 09:00 - 10:30 מחיר: 780 ₪

המסע אל נבכי ספר בראשית

מרצה: ד"ר לוי שפטוביצקי, בעל שני תארי דוקטור מאוניברסיטת סורבון, פריז ומאוניברסיטת בר-אילן

מסע מרתק החושף את נסתרות ספר בראשית. סדרת הרצאות על סודות הבריאה, בריאת העולם ובריאת האדם. נערוך הכרות עם ראשית האנושות ונגלה את מהותו של האדם. ההרצאות שופכות אור על דמויות שהכרנו בילדותינו: אברהם, יצחק, יעקב, שרה, רבקה, רחל ולאה... אותן דמויות שהפכו למרכזיות בהיסטוריה של עם ישראל מתגלות. מה עושה אותן לדמויות מרכזיות בהיסטוריה של עם ישראל?

♦ **בראשית ברא אלוהים...** : מהי תמונת הבריאה לפי התאולוגיה היהודית? האם היא רחוקה מהתפיסה המדעית מודרנית?

♦ **נעשה אדם בצלמינו כדמותינו...** איך הפך האדם למרכז העולם ותכלית הבריאה. מי אנחנו? מאיפה באנו ולאן הולכים? צלם אלוקים, בחירה חופשית.

♦ **זכר ונקבה ברא אותם...** : עזר או נגדו?

♦ **קין והבל: "לא ידעתי השומר אחי אנוכי"**.

♦ **מי הם באמת הדורות הראשונים של האנושות?** מדוע מדלגים על הפסוקים המתארים את קורותיהם?

♦ **מגדל בבל:** מה עומד מאחורי המבנה המפורסם בעולם?

♦ **ואעשך לגוי גדול - אברהם:** מיהו אותו אדם הנושא את הקוד הגנטי של עם ישראל? מדוע נבחר לתפקיד אבי האומה?

♦ **כי אם אשר יצא ממעיך הוא יירשך - לעיתים נדמה כי סיפורים על אברהם לא מחוברים או שאינם מופיעים לפי סדר כרונולוגי, הסיפורים מתארים את עשרת הניסיונות המעמידים את אברהם על קצה היכולת האנושית. מה מטרת ניסיונות אלו?**

♦ **ויקרא אברהם את שם בנו הנולד לו - מה הנס בהולדתו של יצחק, ובמה שונה הוא מכל אחיו שנולדו לפניו וגם אחריו?**

♦ **צחק עשה לי אלהים - יצחק איש שקט.** בעל אישיות דוממת שלא מסופר עליה רבות אך עם זאת עדיין נחשבת לאחת הדמויות המעניינות ומהווה ציון דרך בעם היהודי

♦ **הקל קול יעקב, והידיים, ידי עשו - האם יצחק לא היה "עיוור" באהבתו לעשו?** הייתכן כי יעקב קיבל את ברכתו במרמה?

♦ **והנה שלם מצב ארצה, וראשו, מגיע השמימה - יעקב - איש שכל עולמו חרב עליו, נוטש את כל הטוב ומוכר, ויוצא אל הלא נודע. מה ראה יעקב בחלום ומה גרם לכך שאותו נער הפך לאבי האומה הגדולה ונושא השם - ישראל.**

♦ **ויעבד יעקב ברחל שבע שנים ויהיו בעיניו כימים אחדים באהבתו אתה - רחל ולאה שתי אחיות שאוהבות זו את זו אך נשואות לאותו הגבר.**

♦ **לא יעקב יאמר עוד שמך כי אם ישראל - המשך מסעו של יעקב מאדם לעם. מהו המעבר הדרמטי באישיותו של יעקב המציין את שינוי שמו?**

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 11:00 - 12:30 מחיר: 780 ₪

הגות נוצרית בימי הביניים: על האלוהים, העולם, האדם וגאולת הנפש

מרצה: ד"ר עליזה טסלר, מרצה לפילוסופיה

סדרת המפגשים מספקת הצצה לחיי הרוח של האינטלקטואלים והתיאולוגים הנוצרים בימי הביניים ולשאלות המרכזיות שהעסיקו אותם. בשאלות אוניברסאליות אלה המשיכו להתחבט גדולי ההוגים והפילוסופים בכל דור ודור עד לימינו אנו, גם אם התשובות שניתנו להן שונות: האם קיים כוח עליון שמקיים את הקוסמוס ואת כל מה שבו? האם קיימת השגחה אלוהית שמכפילה את תורת הגמול והעונש? האם ניחן האדם בחיי נצח? האם קיצו של העולם הולך וקרוב? מהי הדרך לאושר? נדון בסוגיות אלה ואחרות תוך כדי הצגת תורות החיים של אוגוסטינוס הקדוש, פסיאודו דיוניסוס, בואתיוס וסקוטוס אריאוגנה. נקרא מתוך הטקסטים שכתבו.

בין הנושאים שיידונו:

- ◆ מסעות רוחניים לגילוי ה"אני" ולגילוי האמת המוחלטת: הארות וחוויות מיסטיות.
- ◆ על ידיעת האלוהים על דרך החיוב ועל דרך השלילה: השפעות ניאופלטוניסטיות וניאופייתגוראיות על התיאולוגיה הנוצרית.
- ◆ העולם מהו? - על רוח וחומר, דרגות של מציאות, האצלות, אידיאות ומשולשים מתימטיים בעולם: מפגש מטאפיסי בין המדע והפילוסופיה של אפלטון, אריסטו וזרם הסטואה לבין עקרונות הדת הנוצרית.
- ◆ "על בריאת העולם": פירושים שונים למעשה הבריאה - על מקומה של האלגוריה בתיאולוגיה הנוצרית והקשר שלה לתורתו של פילון האלכסנדרוני.
- ◆ טרנסצנדנטיות ואימננטיות בהוויה האלוהית: האם האדם נמצא בתוך האלוהים או מחוצה לו? דיונים ברוח התאיזם והפנתאיזם.
- ◆ טבע האדם - טוב או רע מראשיתו? - על החטא הקדמון ועל החטאים היומיומיים: מעשה באוגוסטינוס ועץ האגס.
- ◆ הסוגיה הפסיכו-פיזית: על היחסים שבין הגוף לבין הנפש לפי אפלטון, אריסטו, הסטואה והנצרות.

- ◆ תפיסות של זמן ושל נצח: האם הזמן הוא אשליה? התיאולוגיה הנוצרית מתכתבת עם פארמנידס והפארדוקסים של זנון.
- ◆ פוליטיקה ודת: הכיסופים לחברה אידאלית המבוססת על חיי צדק: על ירושלים של מטה ועל ירושלים של מעלה, לפי אוגוסטינוס.
- ◆ "על נחמת הפילוסופיה" לבואתיוס: מוסר ברוח הנצרות - על פיתוח הסגולות הטובות, ההתעלות מעבר לחיי הסבל, והבוז לכל הרוע שבעולם.
- ◆ על דטרמיניזם, גורל ורצון חופשי וההשלכות לגבי תורת הגמול והעונש לפי אוגוסטינוס ולפי בואתיוס.
- ◆ הויכוח בין התיאולוגים הנוצרים לבין זרמים גנוסטיים: תפיסות מוניסטיות ודואליסטיות של אלוהות, היסטוריה של מלחמות קוסמיות בין הטוב לבין הרע, עד לסוף הטוב.

ימי ו': 13.03.20 - 19.06.20 (12 מפגשים) שעות: 11:00 - 12:30 מחיר: 840 ₪

המוח האנושי מבט לעולם מופלא

מרצה: שרון יפת, חוקר מוח ופסיכולוגיה אבולוציונית, עוזר מחקר באוניברסיטת ת"א

קורס ייחודי ומקיף אשר יעניק לכם מבט מרתק לנבכי המוח האנושי, הנחשב בעיני רבים למערכת המורכבת ביותר הידועה לאדם. נלמד על המיספרות ואונות, נירוונים וסינפסות, גנטיקה ועולם החי, שימוש בריטלין ומהו בכלל פרוזק? נדבר על חידושים והמצאות במדע וברפואה, נקבל טיפים והמלצות למוח בריא ופעיל בכל גיל. במהלך הקורס תקבלו את המידע העדכני והמקיף ביותר הקיים כיום, מועבר בחיך והנאה וללא דרישה מוקדמת לידע ו/או יכולות מיוחדות, רק תרמיל מלא בסקרנות וגישה חיובית.

נושאי הלימוד:

- ◆ הקדמה למערכת מופלאה - המיספרות, אונות, נירוונים וסינפסות. חשמל, כימיה וגנים. מהו בכלל מוח, מהי מערכת עצבים? מהו יודעים (ולא יודעים) ולאן אנו מביטים במדע?
- ◆ המוח מול המציאות - ראייה, שמיעה ושאר חושים. איך אנו תופסים את העולם? מהי מציאות? מהו זיכרון? מהם מחשבות ורגשות? האם יש לנו שליטה ויכולת שינוי במוחנו?
- ◆ ביולוגיה ועולם החי המופלא - התנהגות ומוחות של חיות, עולם ה"נוירו אתולוגיה", אקולוקציה ומגנטו רצפטורים. קופים, עטלפים, פילים חזחלים - מבט למוחות מופלאים.
- ◆ ההיסטוריה של המוח - אפלטון וסוקרטס, רנה דקארט ודואליזם. ה"פרנולוגיה" של גאל וניתוחי ה"לובוטומיה" של מוניז, המפות של פנפילד ועוד - מסע היסטורי להבנת "טבע האדם".
- ◆ המוח ואנתרופולוגיה - סיפורו של הומו סאפיינס, מהסוואנה באפריקה לעמק הסיליקון בקליפורניה. שימוש בכלים, מהפכת האש, פיתוח שפה ועוד. ממדורת השבט למסך הפייסבוק.
- ◆ המוח, מחלות וסינדרומים - נדבר על הפתולוגיות הנפוצות ביותר, אלצהיימר ושאר דמנטיות, פרקינסון ושבץ מוחי. מבט לאתגרים הגדולים של הרפואה המערבית הנוכחית.

- ◆ חידושים והמצאות - קוצבים מוחים, רפואה היפרברית, הנדסה גנטית ותאי גזע, העתיד כבר כאן, מה אנו יודעים ולאיפה אנו מביטים - עולם הרפואה שהכרנו בדרך לשינוי.
- ◆ בין ריטלין לפרוזק - פרמקולוגיה להמונים. הפרעות קשב, דכאון וחרדות. שימוש גלובלי המוני בתרופות מרשם - מנוגדי דכאון, מעודדי ריכוז ועד מגפתי האופיואידים בארה"ב.
- ◆ מוח בעידן הגנום האנושי - גנטיקה, התסריט של הטבע. מסיום פרויקט הגנום האנושי ב-2003 ועד ימינו. על DNA, כרומוזומים וגנים. חזית המדע - המוח בעיני הגנטיקה.
- ◆ הדרך למוח בריא - מעבר על הממצאים והמסקנות העדכניות שלנו בכל הקשור לשימור מוח בריא ופעיל. הסברים, טיפים והמלצות נוחות וקלות ליישום בחיינו האישיים.

◆ אין צורך בידע מוקדם, מצגות וחומרי לימוד ישלחו במייל במהלך הקורס.

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 09:00 - 10:30 מחיר: 780 ₪

צ"י קונג לבריאות הגוף והנפש

מנחה: אסף טנא, מדריך בכיר לצ"י קונג

הצ"י קונג הוא תרגול של תנועה וחיבור לאנרגיית החיים שמקורו בסין העתיקה ומהווה גם אחת מאבני היסוד של רפואה הסינית. הסינים מתרגלים אותו בקביעות בכל בוקר כבר אלפי שנים. בנוסף, הוא מאגד בתוכו את עקרונות החיים של הפילוסופיה הטאואיסטית הקדומה.

מטרות הקורס:

- היכרות עם הצ"י (האנרגיה הפנימית) והשפעותיו על הגוף והנפש
- עבודה על חמשת המרכזים הפנימיים: לב, ריאות, כבד, כליות, קיבה
- תרגול מעשי של תרגילי נשימה מגוונים ומעמיקים
- היכרות עם דרכי הפעולה של הצ"י, יין ויאנג והטאו

תכני הקורס:

- הצ"י - מסלולי זרימה, חיבור לדאן טיאן (מרכז הצ"י בגוף), תרגול סדרות: דאו יין ושמונה פיסות משי.
- יין ויאנג - כיצד ליצור הרמוניה בין יין ויאנג בגוף באמצעות תרגילי הצ"י קונג.
- הלב - אלמנט האש - היכרות עם איכויות הלב, הצ"י של הלב ומסלולי הזרימה שלו. תרגול של תרגילי צ"י קונג בריאותי ללב.
- ריאות - אלמנט מתכת/שמיים - תרגילי נשימה לניקוי והרחבת הריאות, היכרות עם מסלולי הזרימה של הריאות, תרגול של תרגילי צ"י קונג לחיזוק הריאות.
- כבד - אלמנט העץ - תרגילי מתיחה והרפיה של צ"י הכבד, שחרור מתחים מהכבד, היכרות עם מסלולי הכבד, תרגול של תרגילי צ"י קונג לבריאות הכבד.
- כליות - אלמנט המים - תרגול סדרת חיזוק אנרגיית הגיינג (האנרגיה של הכליות). היכרות עם מדיטציית המעגל המיקרוקוסמי. תרגול מסלולי הזרימה של הכליות, תרגול של תרגילי צ"י קונג לבריאות הכליות.
- קיבה/טחול - אלמנט האדמה - תרגילי איסוף הצ"י למרכז הגוף (הדאן טיאן - מחסן האנרגיה הזמינה של הגוף). תרגילי נשימה לבטן, היכרות עם מסלולי הקיבה/טחול, תרגילי צ"י קונג בריאותי לקיבה/טחול.
- הטאו של הצ"י קונג - למידה של סדרה מתקדמת בצ"י קונג. למידת עקרונות הטאו של זרימת הצ"י בגוף.

מיומנויות נרכשות:

- סל של תרגילי נשימה מגוונים
- תרגילי בריאות לאיברים הפנימיים
- 3 סדרות של צ"י קונג + סרטוני הדרכה
- הבנה של עקרונות הצ"י קונג והטאו של צ"י קונג
- הבנה של מסלולי הזרימה של הצ"י בגוף
- מדיטציית המעגל המיקרוקוסמי

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 11:00 - 12:30 מחיר: 780 ₪

אינטליגנציה רגשית ותקשורת בינאישית אפקטיבית

מרצה: סא"ל (מיל.) גידי כהן, MBA, מנטור ומרצה בכיר לפיתוח אישי, עסקי וארגוני

אינטליגנציה רגשית הינה מכלול של כישורים אישיים וחברתיים המסייעים להצלחה בכל תחומי החיים. מודעות עצמית, מוטיבציה ותרגול תורמים לשיפור רמת האינטליגנציה הרגשית, ואיתה - יכולות וכלים מעשיים להישגים אישיים וחברתיים.

בין הנושאים שילמדו במהלך הקורס, שבחלקו יועבר במתכונת של סדנה:

- מודעות עצמית
- תדמית אישית ושפת גוף
- סגנונות תקשורת
- אסרטיביות
- יחסי אנוש
- התגברות על קשיים ומכשולים, לחץ ושחיקה
- חיזוק ביטחון עצמי
- עקרונות השפעה ודיבור מול קהל
- התמודדות עם קונפליקטים והתנגדויות
- אימוץ הרגלים מעצימים

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 09:00 - 10:30 מחיר: 780 ₪

צריך כפר שלם כדי לגדל ילד החינוך בספרטה והחינוך הקיבוצי - 2500 שנות דמיון

מרצה: דוד קווס, דוקטורנט להיסטוריה של החינוך באוניברסיטת בר אילן, מתמחה בחקר מערכות חינוך, מאפייני הוראה ודמויות מורים ותלמידים בהשוואה היסטורית

בין המאות השמינית לשלישית לפני הספירה היתה עיר מדינה (פוליס) חזקה ועצמאית שנקראה ספרטה. מה שהחזיק אותה עצמאית וחזקה היתה מערכת החינוך שלה שנקראה אגוגה (AGOGÉ), מערכת חינוך שיתופית ויוצאת דופן לזמנה.

אלפיים חמש מאות שנים אח"כ בשחר המאה העשרים הוקמה באותו אזור, בארץ ישראל, מערכת חינוך שיתופית, שכמוה לא נראתה בכל העולם עד אז - חוץ מספרטה - הקיבוץ!

האם שתי הישויות הקטנות הללו היו דומות בעוד כמה מאפיינים כמו: רכוש, היחס לנשים, דמות האזרח, שוויון והגנה קבוצתית על היחיד?

נלמד את כל זאת תוך התמקדות בהשפעת אורחות החיים על מערכת החינוך והנער המתחנך.

בקורס נציג את החניך בספרטה באור אחר וחדשני למחקר וזאת תוך השוואה למערכת החינוך הקיבוצית הקדם מדינתית ותוך השוואה לנער המתחנך בקיבוץ.

נכיר מושגי יסוד במערכות החינוך ביוון העתיקה: אתונה, כרתים בדגש על ספרטה.

נלמד על מערכת החינוך הקיבוצית ובעיקר על מערכות ושיטות חינוך חדשניות בספרטה ובקיבוץ ועל הבניית מערכות חינוך והשימוש בהן כצורך חברתי.

ימי ו': 13.03.20 - 15.05.20 (8 מפגשים) שעות: 11:00 - 12:30 מחיר: ₪ 630

חיים ונהנים בעולם הדיגיטלי

מרצה: אבנר שרון, MBA מומחה בינלאומי לטכנולוגיה ולפשיעת סייבר

במפגשים נקבל כמה תובנות לגבי תחילת השימוש בטכנולוגיה, הפיתוח שלה, שימושיים קיימים ונגלוש קצת אל העתיד.

חלק א' - מה היה

- ♦ הראייה הראשונה לקיום טכנולוגיה
- ♦ על מה חשבו בתחילת המאה הקודמת כאשר דברו על העתיד?
- ♦ מה חשב צ'רלי צ'פלין בשנת 1936 כאשר ביים ושיחק בסרט "זמנים מודרניים" בשלהי השפל הכלכלי ועוד...

חלק ב' - הפיתוחים שיש לנו היום

- ♦ רובטיקה מתקדמת - רובוט דמוי אדם, מחליף אדם.
- ♦ אופניים עצמוניות (אוטונומיות) של גוגל. מתי תהיינה זמינות למכירה?
- ♦ וירוס מחשב, אחסון ענן, מחשוב ענן, בינה מלאכותית, מציאות מדומה, מציאות רבודה / מועשרת / מעורבת. יישומים חינוכיים שקיימים על הסמארטפון שלנו ואנחנו לא עושים בהם שימוש מושכל. אלה רק חלק מהמושגים הרבים אשר חודרים אל היומיום שלנו ועליהם נלמד.

חלק ג' - העתיד הקרוב

מהו "העתיד הקרוב"? מיהו "עתידן"? האם התבונה המלאכותית (AI) תביא איתה מהפכה תעשייתית נוספת? המגמה היום היא לעשות את הפיתוחים חכמים יותר ומהירים יותר. נעבוד ביחד עם רובוטים כצוות. בית חכם, מכונית עצמונית, עיר חכמה ועוד...

♦ ההרצאות מלוות במצגות, סרטונים ופתוחות לשאלות המאזינים.

ימי ו': 13.03.20 - 01.05.20 (6 מפגשים) שעות: 09:00 - 10:30 מחיר: ₪ 490

סדנת כתיבה אישית

מנחה: שבתאי מג'ר, פסיכולוג, משורר, מנחה קבוצות, מנחה כותבים בכתיבתם ובגישתם לכתיבה

כתיבה היא דרך להכיר תשוקות וחלומות

היא דרך להכיר את אוצר המלים ואת סיפור החיים האישי

היא ביטוי של הקיים בנפש, ניסוח מחשבות ורצונות

מאפשרת שחרור חסמים ובלימות והפיכתם לגלויים ונגישים

כתיבה היא דרך לארגן רגשות ותחושות

יש בה כוח להמציא תמונות ודמויות

ולשנות תודעה והתייחסות

והיא מזמינה ליהנות ולשחק

הכתיבה יודעת ומצליחה לשנות מציאות. השימוש בה הוא מעשה יום יומי, מוכר ופשוט. כשמצרפים לזה תשומת לב ופנייה אל נושאים מוצעים, נפתחת התבוננות אל מעשים ואל מראות של שגרה ומתגלה יכולת לשהות בהם באופן שונה.

בסדנה - כתיבה אישית, חופשית, מעשית, יוצרת. מפגש עם עצמי באמצעות הכתיבה ומפגש עם כותבים וסגנונות נוספים. התנסות בהקראת טקסטים בפני הקבוצה וקבלת משוב. הבחנה במה שמבוטא מעבר למלים ומה ששוכן בתוכן, והתנסות בעריכה.

ימי ו': 13.03.20 - 22.05.20 (5 מפגשים) שעות: 09:30 - 12:30 מחיר: 1460 ₪

יום ב': 6.4.20 שעות: 17:30 - 20:30

(מועדי הסדנה: 13.03.20, 27.03.20, 24.04.20, 15.05.20, 22.05.20)

כשהגה בידיים שלנו: מודעות עצמית לחיים טובים

מנחה: אילת פורת, M.A. בפסיכולוגיה מחקרית, מנחה קבוצות למודעות עצמית, דמיון מודרך ומדיטציה. מחברת רב-המכר "אם אין אני לי - מי לי?" וספרים נוספים

מודעות עצמית הינה דרך חיים השואפת להתפתחות אישית וללקיחת אחריות על החיים, מתוך קבלה ואהבה עצמית. דרך זו מביאה את ההולך בה להכיר ולהבין את עצמו, וכן להיות ער לרגשות, לרצונות, לחוויות ולתגובות שלו. מתוך כך נולדות תובנות - איך ומדוע הגעתי לאן שאני נמצא היום? האם זה מקום שטוב לי להיות בו? אילו שינויים אני רוצה לעשות?

המודעות הזאת מאפשרת מיצוי חופש הבחירה שלנו, ליצירת חיים של שמחה ומימוש עצמי!

בכל מפגש תערך מדיטציה בדמיון מודרך המתאימה לתוכן המפגש. יוצעו שיעורי בית למי שירצה להעמיק.

במהלך הקורס נלמד:

- ◆ על הקשר גוף-נפש-רוח
- ◆ מהי מדיטציה עם ובלי דמיון מודרך?
- ◆ האם היקום בעדנו?
- ◆ הדפוסים המנהלים אותנו. מחשבה יוצרת מציאות
- ◆ מציאת התשוקה לחיים. ניהול רגשות
- ◆ להתחבר לילד/ה הפנימי/ת שבי
- ◆ טיפוח קבלה והערכה עצמית
- ◆ אהבה לעצמי ולאחר: ללמוד לתת, לקבל ולקחת
- ◆ תקוע בגרון - דברים שרציתי לומר
- ◆ הדינמיקה בחיים - שינויים יזומים וכפויים
- ◆ האושר הינו, בסופו של דבר, כאן ועכשיו

ימי ו': 13.03.20 - 05.06.20 (10 מפגשים) שעות: 11:00 - 12:30 מחיר: 780 ₪

ישעיהו ליבוביץ' זהות יהודית וישראלית במבחן

מרצה: ד"ר עודד ציון, היסטוריון, חוקר דתות ותולדות הרעיונות

ישעיהו ליבוביץ' הפך לאחד מבעלי הדעה המובילים בישראל של המאה ה-20. הוא ניהל שיח רעיוני מרתק עם עולם המחשבה היהודי והפילוסופי של ימי הביניים ושל העת המודרנית, דעותיו המיוחדות עוררו הד גדול ואתגרו את תפיסת עולמן של המחשבה היהודית והישראלית העכשווית.

בין הנושאים שיידונו:

- ◆ תפיסת האל אצל ליבוביץ' - אהבה בלתי אפשרית?
- ◆ מיהו יהודי ומהי יהדות - הגדרות ישנות-חדשות
- ◆ האדם והמצוות - על טעם החיים ותכליתם
- ◆ בין דת ומדינה - חזון ומציאות
- ◆ נפש וגוף - הבעיה הפסיכו-פיזית
- ◆ בין דת ומדע - הילכו יחד?
- ◆ היסטוריה, טבע ומשיחיות
- ◆ היהדות בין אתיקה ומוסר על פי ליבוביץ'
- ◆ ליבוביץ' והרמב"ם - חזון האמונה האידיאלית
- ◆ ליבוביץ' והרב קוק: על סוגים של קדושה

ימי א': 15.03.20 - 31.05.20 (10 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: ₪ 780

The Japanese Mind: 10 words to understand Japanese Art and Culture

Instructor: Dr. Fiammetta Martegani

Class syllabus about fundamental concepts for understanding Japanese Zen culture:

- ◆ Kisetzu: the Japanese Sense of the Season
- ◆ Wabi- sabi: The beauty of the imperfection
- ◆ Ma: The Esthetic of the Emptiness
- ◆ Kachoufuugetsu: The Japanese way of immersing in Nature and to immerse Nature back home
- ◆ Ikebana: The Japanese Art of Flower arrangement
- ◆ Gambari: the Japanese Art of goal achievement
- ◆ Hokusai's wave: From the time of Ukiyo-e to contemporary art
- ◆ Japonisme: The influence of Japan on Western art
- ◆ Manga and Anime: East meeting West: a Mutual influence
- ◆ Ikigai: finding your life purpose

▶ The course will be conducted in English

ימי א': 15.03.20 - 24.05.20 (10 מפגשים) שעות: 17:00 - 18:30 מחיר: ₪ 780

צ"י קונג

לבריאות הגוף והנפש

מנחה: אסף טנא, מדריך בכיר לצ"י קונג

הצ"י קונג הוא תרגול של תנועה וחיבור לאנרגיית החיים שמקורו בסין העתיקה ומהווה גם אחת מאבני היסוד של רפואה הסינית. הסינים מתרגלים אותו בקביעות בכל בוקר כבר אלפי שנים. בנוסף, הוא מאגד בתוכו את עקרונות החיים של הפילוסופיה הטאואיסטית הקדומה.

מטרות הקורס:

- ♦ היכרות עם הצ"י (האנרגיה הפנימית) והשפעותיו על הגוף והנפש
- ♦ עבודה על חמשת המרכזים הפנימיים: לב, ריאות, כבד, כליות, קיבה
- ♦ תרגול מעשי של תרגילי נשימה מגוונים ומעמיקים
- ♦ היכרות עם דרכי הפעולה של הצ"י, יין ויאנג והטאו

תכני הקורס:

- ♦ הצ"י - מסלולי זרימה, חיבור לדאן טיאן (מרכז הצ"י בגוף), תרגול סדרות: דאו יין ושמונה פיסות משי.
- ♦ יין ויאנג - כיצד ליצור הרמוניה בין יין ויאנג בגוף באמצעות תרגילי הצ"י קונג.
- ♦ הלב - אלמנט האש - היכרות עם איכויות הלב, הצ"י של הלב ומסלולי הזרימה שלו. תרגול של תרגילי צ"י קונג בריאותי ללב.
- ♦ ריאות - אלמנט מתכת/שמיים - תרגילי נשימה לניקוי והרחבת הריאות, היכרות עם מסלולי הזרימה של הריאות, תרגול של תרגילי צ"י קונג לחיזוק הריאות.
- ♦ כבד - אלמנט העץ - תרגילי מתיחה והרפיה של צ"י הכבד, שחרור מתחים מהכבד, היכרות עם מסלולי הכבד, תרגול של תרגילי צ"י קונג לבריאות הכבד.
- ♦ כליות - אלמנט המים - תרגול סדרת חיזוק אנרגיית הגיינג (האנרגיה של הכליות). היכרות עם מדיטציית המעגל המיקרוקוסמי. תרגול מסלולי הזרימה של הכליות, תרגול של תרגילי צ"י קונג לבריאות הכליות.
- ♦ קיבה/טחול - אלמנט האדמה - תרגילי איסוף הצ"י למרכז הגוף (הדאן טיאן - מחסן האנרגיה הזמינה של הגוף). תרגילי נשימה לבטן, היכרות עם מסלולי הקיבה/טחול, תרגילי צ"י קונג בריאותי לקיבה/טחול.
- ♦ הטאו של הצ"י קונג - למידה של סדרה מתקדמת בצ"י קונג. למידת עקרונות הטאו של זרימת הצ"י בגוף.

מיומנויות נרכשות:

- ♦ סל של תרגילי נשימה מגוונים
- ♦ תרגילי בריאות לאיברים הפנימיים
- ♦ 3 סדרות של צ"י קונג + סרטוני הדרכה
- ♦ הבנה של עקרונות הצ"י קונג והטאו של צ"י קונג
- ♦ הבנה של מסלולי הזרימה של הצ"י בגוף
- ♦ מדיטציית המעגל המיקרוקוסמי

ימי א': 15.03.20 - 24.05.20 (10 מפגשים) שעות: 18:30 - 20:00 מחיר: 780 ₪

יוגה צחוק ופיתוח חשיבה יצירתית

מרצה: ד"ר דב רוחקס, מומחה לפיתוח חשיבה יצירתית ומנחה יוגה צחוק מורשה

במהלך הקורס ייעשה פיתוח חשיבה יצירתית על ידי שתי שיטות: השיטה הראשונה היא התרת חידות הגיון והשיטה השנייה היא על ידי יוגה צחוק.

חידות ההיגיון יילקחו מתחומים שונים ביניהם: מתמטיקה, לוגיקה ופיזיקה.

ביוגה צחוק - נשתמש בתרגילים שונים על מנת להגיע לצחוק מאולץ באמצעות תרגילי נשימה של יוגה.

♦ **יוגה צחוק משפיעה לטובה על הבריאות, משפרת את מצב הרוח ומובילה לגישה חיובית על החיים.**

ימי א': 15.03.20 - 24.05.20 (10 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 780 ₪

רישום וציור באקדמיה - מתקדמים

מנחה: רינת לאור, בוגרת בצלאל, אמנית ומאיירת, בעלת ניסיון רב בהוראת הרישום, הציור והאנימציה

בקורס נלמד רישום וציור בטכניקות מגוונות ובחומרים שונים. נעמיק את הידע בתורת הצבע ובשימוש נכון בצבע. נלמד לפתח שפה וויזואלית, ע"י פיתוח מיומנות ושליטה בכלי הרישום והציור השונים. נלמד טכניקות מסורתיות ומודרניות.

כל שיעור יתחיל בהסבר תיאורטי והדגמה לכלל הכיתה, וימשיך בעבודה פרטנית.

כל תלמיד בקורס יקבל ליווי צמוד והנחייה אישית בהתאם לקצב עבודתו.

הקורס מיועד לתלמידים מתקדמים, שעברו את הקורס הבסיסי וגם לתלמידים עם ניסיון בסיסי ברישום וציור ומעוניינים להעמיק את ידיעותיהם ויכולותיהם.

- ◆ נלמד כללי בסיס לעבודה בצבע ונתרגל את הכללים בציור פורטרט בעקבות אמנים מפורסמים
- ◆ רישום נוף בצבע. נלמד טכניקה ושלבי עבודה בציורי נוף
- ◆ רישום בוטני - נרשום אלמנטים מעולם הצומח בטכניקות מגוונות בשחור לבן
- ◆ רישום בוטני בצבע - עבודה על אלמנטים מהצומח עם צבעי מים ודיו
- ◆ נלמד וניישם את הכללים ליצירת קומפוזיציה נכונה ומעניינת בציור
- ◆ רישום אנטומי - גוף האדם, התמקדות בפרטים
- ◆ רישום טבע דומם בדגש על טקסטורות
- ◆ ציור פורטרט
- ◆ רישום טבע דומם בדגש על תאורה
- ◆ ציור בטכניקה מעורבת, קולז'

◀ **חומרי ציור בסיסיים כגון:** עפרונות, פחם, דיו ודפים יסופקו ע"י רינת לאור.

◀ **הציוד הנדרש מהתלמידים:** בהתאם להנחיית רינת לאור בשיעור הראשון.

ימי א': 10.05.20 - 28.06.20 (8 מבגשים) שעות: 18:00 - 20:15 מחיר: 800 ₪

פיתוח מנהיגות, מצוינות והעצמה אישית וניהולית

מרצה: סא"ל (מיל.) גידי כהן, MBA, מנטור ומרצה בכיר לפיתוח אישי, עסקי וארגוני

- ◆ מהי מנהיגות? - האם כל אדם יכול להיות מנהיג? - האם מנהיגות היא מולדת / נרכשת / מצבית?
- ◆ מהם ההרגלים החשובים של המנהיגים הטובים בעולם ואיך ניתן ליישם אותם?
- ◆ מה דעתך? - אולי הגיע הזמן להעיר את המנהיגות שבך?

תמצית ה"מנהיגות" הינה אחריות ויזומה אישית להגשמה והעצמה אישית, עסקית וחברתית. ארגונים, מנהלים ומנהיגים מצטיינים מפתחים מנהיגות בכל הרמות, ומעודדים הישגות אישית, צוותית וחברתית.

בין הנושאים שילמדו במהלך הקורס:

- ◆ מנהיגות אפקטיבית
- ◆ ניהול ומנהיגות
- ◆ חזון, כריזמה והשפעה
- ◆ סמכות ואחריות
- ◆ עקרונות ניהול וארגון
- ◆ הנעת עובדים וצוותים
- ◆ מצוינות אישית וארגונית
- ◆ העצמה, הגשמה ומימוש עצמי
- ◆ הצבת מטרות ויעדים ארגוניים ואישיים
- ◆ "השחזת המשור" - למידה ושיפור מתמיד
- ◆ פיתוח וקידום אישי ומקצועי
- ◆ פוליטיקה והשפעה

ימי א': 15.03.20 - 31.05.20 (10 מבגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 780 ₪

קרימינולוגיה הצד האפל של החברה

מרצה: גילי בר דוד, קרימינולוגית

כל שיעור יתחיל באקטואליה שבועית בנושא הפשיעה בישראל.

- ◆ הפרעות אישיות בעולם הפסיכולוגיה - הפרעות אישיות אצל בני אדם, כיצד ניתן לטפל בהפרעה, טיפול ושיקום.
- ◆ חיזור אלים בקרב בני נוער - מהו חיזור אלים. נורות אדומות לטיפול בחיזור אלים בקרב בני נוער, טיפול ושיקום.
- ◆ זיהוי פלילי וחקירת הפשע - תפקיד הזיהוי הפלילי במשטרת ישראל. פיענוח מקרים מיוחדים באמצעות הזיהוי הפלילי. השפעת הזיהוי הפלילי על הפשע.
- ◆ מי אתה הרוצח - פרופיל רוצח סדרתי. מה ההבדל בין רצח להריגה. פיענוח מקרי רצח מפורסמים.
- ◆ עברייני מין ופדופיליה - פרופיל עברייני מין, פרופיל של עברייני מין סדרתי. טיפול ושיקום העבריינים.
- ◆ שיקום וטיפול במכורים לסמים ואלכוהול.

◆ הקורס נועד לתלמידים ותיקים וחדשים.

ימי ב': 16.03.20 - 11.05.20 (6 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 490 ₪

רפואה עתיקה להווה בריא יסודות הרפואה הסינית והרפואות המסורתיות לבריאות הגוף והנפש

מרצה: שרון בנרף מוזס Bed.F.A Dip.Ac CH מטפלת ברפואה סינית עתיקה. מרכזת תחום גסטרו - שיקום מערכת העיכול בקליניקת 'המרכז לרפואה מסורתית'

מדוע בכל פעם שאני כועסת/מתחיל לי כאב בסינוסים? למה הגב מציק לי תמיד באותה שעה? איך אני יכולה להרגיע את הדריכות שעולה בגופי כל פעם שאני מנסה להירדם? מה לעשות כדי למנוע אצלי את האוסטיאופרוזיס?

קורס זה פותח צוהר לעולם הרפואות המסורתיות - הרפואה הסינית, הרפואה ההודית (אירוודה) ורפואת המקום - הרפואה הערבית יוונית (אונני טיב). ניתנים בו כלים פילוסופיים, רגשיים, פיזיים ופרקטיים לאורח חיים בריא, להתבוננות בתהליכי הגוף והנפש ולמניעת מחלות. הקורס משלב ידע תיאורטי, טיפים מעשיים, סרטונים ומערכונים. מתאים למגוון הגילאים ושלבי החיים השונים ולא נדרש ידע קודם על מנת להפיק ממנו את המיטב.

- ◆ 'כי האדם עץ השדה' - האדם כמיקרוקוסמוס של הטבע - על המשותף לכל הרפואות המסורתיות
- ◆ מודל חמש התנועות ('חמשת האלמנטים') - טיפוס גוף ונפש על פי הרפואה הסינית
- ◆ מודל ארבע הליחות - טיפוס גוף ונפש על פי הרפואה הערבית יוונית
- ◆ מודל שלוש הדושות - טיפוס גוף ונפש על פי הרפואה ההודית
- ◆ מערכות יחסים 'זוגיות' בין איברים - כיצד הרפואה הסינית יוצרת איזון
- ◆ מטבח בריא ובית שמח - המלצות תזונה ואורח חיים מתוך חכמת הרפואות המסורתיות
- ◆ מערכת העיכול - התנור של הבית - על שיקום מערכת העיכול ותחזוקתה בראי הרפואה הסינית
- ◆ ילדים זה שמחה - על מערכת הפריון ואתגריה, לידה והנקה
- ◆ גוף בריא בנפש בריאה - איזון נפשי-רגשי על פי הכתבים הסינים העתיקים
- ◆ להזדקן בכבוד - שמירה על משאבינו החומריים בתבונה בראי הרפואות המסורתיות

ימי א': 15.03.20 - 24.05.20 (10 מפגשים) שעות: 18:30 - 20:00 מחיר: 780 ₪

המהפכות של ניטשה הפילוסוף ומשנתו

מרצה: ד"ר עליזה טסלר, מרצה לפילוסופיה

בסדרת מפגשים זו ננתח סוגיות מרכזיות בתפיסת עולמו של הפילוסוף ניטשה (גרמני בן המאה ה-19). ננתח קטעים מתוך יצירות המופת שכתב, בהן מסתמנים רעיונות מהפכניים שמאיימים למוטט את ערכיה המסורתיים של תרבות המערב בתחומי המטאפיזיקה, המדע, ההכרה, המוסר, החברה והדת. במרכז תורתו ניצב האינדיבידואל הבודד, הנקרא לממש את חירותו ואת מלוא עוצמתו. נקרא בכתביו: "מעבר לטוב ולרוע", "המדע העליז", "כה אמר זרתוסטרא" ועוד.

בין הנושאים שיידונו:

- ◆ "הרצון לאמת" - המניעים הפסיכולוגיים-קיומיים מאחורי החיפוש האנושי אחרי האמת המוחלטת.
- ◆ "אין עובדות כי אם פירושים בלבד" - האם קיימת אמת אובייקטיבית? דיקארט, קאנט וניטשה.
- ◆ האבולוציה של ההכרה: העולם המודע והעולם התת-מודע: שופנהאואר, ניטשה ופריד.
- ◆ היפוך פסיכולוגי: על חשיבותם של היצרים והרגשות - ניטשה אל מול אפלטון והנצרות.
- ◆ "המדע העליז": המדע הישן והמדע החדש, העולם הישן והעולם החדש.
- ◆ על מות האלוהים: הסיפור על האיש המטורף שהדליק פנס בבוקרו של יום בהיר.
- ◆ "לעמוד ברשות עצמם - זה עניין למועטים בלבד..." - העל אדם והרוח החופשית.
- ◆ "על האדם לדעת לשמר עצמו" - על האתגרים שמעמידה החברה בפני הפרט.
- ◆ "מעבר לטוב ולרוע" - על הטוב שברע והרע שבטוב מזווית הראיה של הרצון לעוצמה.
- ◆ מוסר של אדונים ומוסר של עבדים: על אריסטוקרטיות ומשרתים מזווית ראייה קיומית וחברתית.
- ◆ על משמעות הסבל: "האם האילן שחייב לצמוח אל על יכול לוותר על מזג האוויר הרע ועל הסערות...".
- ◆ יחסו של ניטשה ליהודים - "...לגרש מן הארץ את הצרחנים האנטישמיים".

ימי ב': 16.03.20 - 22.06.20 (12 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 840 ₪

תכנון גן הנוי הפרטי

מרצה: אגר' הדס צוק (M.Sc.Agriculture), מתכנתת גנים

הקורס מקנה ידע בסיסי של שלבי התכנון, ההקמה והאחזקה של גן הנוי הפרטי ופותר אפשרות לתכנון החצר, המרפסת או חללים פנימיים באופן מושכל ובצורה שתחסוך במשאבים ותמנע תסכולים.

נלמד להגדיר רצונות וצרכים וליישם בהתאם לעקרונות העיצוב ולסגנון הרצוי. נכיר צמחי נוי על-פי שימושם בגן. נלמד איך ליצור גן נעים ומזמין לכל ימות השנה וכיצד לשלב אלמנטים דוממים. נתוודע לשיטות גינון על גגות ובמצעים מנותקים ונתנסה בתכנון הלכה למעשה.

בין נושאי הקורס:

- ◆ שלבים בתכנון הגינה
- ◆ סגנונות גנים (קלאסי, מוסלמי, ים תיכוני, אנגלי, יפני, מודרני)
- ◆ עקרונות התכנון
- ◆ עקרונות בבחירת הצמחים ושילובים בערוגה (צורת הצמח, תכונות גידול, מרקם וצבע)
- ◆ אלמנטים דוממים בגן (תאורה, גופי מים, פרגולות, פיסול, ריהוט)
- ◆ תכנון חללים בעזרת צמחייה (קווי הגן, אזורים לשימושים שונים, יצירת פרטיות, יצירת אפקטים ויזואליים שונים)
- ◆ מגמות עכשוויות בגינון העולמי
- ◆ גינון במצעים מנותקים: מכלים, גינות גג מתוחכמות, גינון אנכי
- ◆ סיור במשתלה והכרת סטנדרטים לבחירת צמחים
- ◆ **ציוד עזר:** סרגל קנה-מידה, בלוק שרטוט (דפים שקופים) גודל A3, עיפרון, מחק, מחוגה או שבלונת עיגולים לקנ"מ 1:50.
- ◆ ההרצאות בקורס מלוות במצגות ותמונות מגנים רבים וכן תרגילי תכנון וסיור במשתלה.
- ◆ חומר עזר ורשימות צמחים יחולקו למשתתפי הקורס.

ימי ב': 16.03.20 - 22.06.20 (12 מפגשים) שעות: 18:00 - 20:15 מחיר: 1,380 ₪

מבט אחר על נושאי מפתח באמנות ויצירות המופת המוכרות

מרצה: חגית קהן, מרצה לאמנות M.A. במחקר התרבות והאמנות

הסדרה תדון ביצירות ובנושאי מפתח באמנות לאורך התקופות ותבחן אותם בעיניים חדשות.

- ◆ יאן ואן אייק "נישואי הזוג ארנולפיני". נישואים וזוגות באמנות ממצרים העתיקה ועד לימינו. הגלוי והנסתר, האישי מול התרבותי במבט סוציאליסטי ודתי רב תקופתי.
- ◆ "טבע דומם - לא דומם כלל" - מה מסתתר מבעד ליופי של הכלים, המפות, המאכלים האקזוטיים, הפרחים המצוירים" בהולנד של המאה ה-17.
- ◆ "נשים באמנות" - ייצוג של נשים באמנות - מחוה אימנו, מריה - אם וילד, ועד ימינו. נדון ונתוודע לתפיסות חדשות של ייצוגי ג'נדר מול תפיסות מסורתיות.
- ◆ "אמניות נשים" - מקומן וגילויין של נשים יוצרות בעולם האמנות, ציירות שעבדו במסווה לאורך השנים ולא זכו להכרה עד למאה ה-21.
- ◆ סנדרו בוטיצ'לי, האמן שהגדיר מחדש מהו היפה ברנסאנס של פירנצה במאה ה-15 וכיצד שולבה המיתולוגיה היוונית בניאו-אפלטוניזם הנוצרי.
- ◆ "דיוקן עצמי" - מדוע בעולם העתיק לצייר או לפסל את עצמך היה פסול ונחשב ל"חטא הגאווה" וכיצד הפך לנושא לגיטימי ומתי.
- ◆ "בין קודש לחול" - מהו קודש? כיצד מיוצג באמנות? ממתי ובאיזה תרבויות? מה יחסה של היהדות לאמנות בהשוואה לנצרות? נדון בדברים בעזרת יצירות אמנות מכל התקופות והתרבויות במערב ובמזרח.
- ◆ "עירום באמנות" - מה הופך אותו לגיטימי ובאיזה אופנים אינו לגיטימי, נבחן אותו באמנות הפלסטית בו מופיע באמנות המערבית.
- ◆ "האמנות ככורסא נוחה" אמרתו של מאטיס הצייר בן המאה ה-20, האמנם? נעמוד על יחס הקהל לאמנות שאינה "נוחה" לו.
- ◆ "המופשט באמנות" - מהות או אופנה חולפת ומשתנה? נכיר את תופעת המופשט המודרני באמנות המאה ה-20, על תופעותיו השונות.

ימי ב': 16.03.20 - 08.06.20 (10 מפגשים) שעות: 18:30 - 20:00 מחיר: 780 ₪

צמחי מרפא ותבלין לאורח חיים בריא

מרצה: נעמי כהן-קאפח, M.A. בוטנאית והרבליסטית מרצה ומאמנת לבריאות

"טוב לדאוג לחולה שיהיה בריא, אבל טוב יותר לדאוג לבריא שלא יהיה חולה" - היפוקרטס, רופא יווני, ו"אבי הרפואה המערבית". זו הנחת היסוד של הרפואה המונעת, הדורשת מודעות ואחריות לאורח חיים בריא.

צמחים ותבלינים הינם חלק חשוב בתזונת האדם. הם מספקים לנו לא רק ויטמינים ומינרלים, אלא גם חומרים פעילים שונים המשפיעים על בריאותינו. בקורס נכיר תכונות ושימושים של צמחים וכיצד ניתן לשלב אותם כמזון ותבלינים בתזונה היומיומית שלנו.

- ◆ לתיפקוד תקין של מערכות שונות בגוף.
- ◆ לחיזוק מערכת החיסון.
- ◆ לניטרול וניקוז רעלים מהגוף.
- ◆ להפגת מתח ולחצים.
- ◆ לשיפור יכולת הריכוז והזיכרון.
- ◆ לרוגע ושלוות נפש, לשינה טובה.
- ◆ לעיכוב תהליכי הזדקנות ולאריכות ימים.
- ◆ תבלינים כנוגדי חימצון, אנטי דלקתיים ואנטי סרטניים.
- ◆ הנבטת זרעים - יתרונות תזונתיים ובריאותיים.
- ◆ שמנים ארומטיים - לבריאות ויופי.

◀ היכרות ולימוד של הצמחים ומנגוני פעולה ביולוגיים של חומרים פעילים, בשילוב מצגות, הדגמת הצמחים, נבטים וטעימות הממחישות את הנלמד.

ימי ב': 16.03.20 - 08.06.20 (10 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 780 ₪

מואן גוך ועד מאטיס האמנות בסוף המאה ה-19 ובראשית המאה ה-20

מרצה: ד"ר אפרת שטרן, תולדות התרבות המערבית - אומנות, מוסיקה וספרות

הרצאות בליווי מצגות, סרטי וידיאו, האזנה למוזיקה וקריאת קטעי ספרות נבחרים.
לא נדרש ידע קודם.

נושאי הקורס*:

- ◆ ואן גוך: תפוחי-אדמה, נעלי איכרים וכסאות ריקים
- ◆ סזאן: הצייר שפָּחַד מדוגמניות
- ◆ גוגן: החיפוש אחר "תרבות שאינה מכורה לכסף"
- ◆ טולוז לוטרק: איש אצולה שבחר בחיי-אשפתות
- ◆ אנרי רוסו: לידתו של הציור הנאיבי
- ◆ אוגוסט רודן: הפסל שהעניק צורה לסֵבֶל האנושי
- ◆ "חיות הפרא": על מאטיס וקבוצת הפוביסטים

* ייתכנו שינויים קלים בנושאי הקורס.

◀ לאחר קורס זה ינתנו קורסים נוספים אשר יסקרו את תולדות האמנות עד סופה של המאה ה-20.

ימי ג': 17.03.20 - 09.06.20 (10 מפגשים) שעות: 17:30 - 19:00 מחיר: ₪ 780

פסיכולוגיה של שקרים, הונאה ומניפולציות

מרצה: ד"ר לוי שפטוביץקי, בעל שני תארי דוקטור מאוניברסיטת סורבון, פריז ומאוניברסיטת בר-אילן

מעט כל אחד מאתנו במהלך חייו נאלץ להתמודד באופן כלשהו עם מעשה רמאות או נוכלות...

במקרה של גניבה, די לו לפושע בהעדר בעלים, לפרוץ ולקבל גישה פיזית לרכוש. לעומת זאת, במקרה של הונאה, נוכלים הופכים את בעלי הרכוש לשותפים לפשע אנשים נפרדים מרכושם מרצונם החופשי.

מדוע זה קורה לנו? מה גורם לאנשים להאמין לנוכלים? איזה מנגנון פסיכולוגי שוב ושוב הופך אותנו לקורבנות של הונאה?

מי הם הנוכלים והרמאים? האם מדובר באנשים חסרי מצפון? או באנשים בעלי קסם אישי מיוחד, כושר שכנוע בלתי פוסק וצורת מחשבה יצירתית שגורמת לבני אדם ליפול בפח ההונאה של אותן מלכודות פשע?

אין ספק, שאנשים אלו מפרים חוקים חברתיים ללא היסוס, אך צריך להודות, שמדובר בזן אנושי מוכשר ומתוחכם, שמבטא את עצמו ברשע עם יצירתיות בלתי רגילה וצורת מחשבה ייחודית. לעתים הולידה הנוכלות פושעים בדרגת רב אומן.

על כל אלה ועוד בהרצאות שלפנינו.

ימי ג': 17.03.20 - 09.06.20 (8 מפגשים) שעות: 17:00 - 18:30 מחיר: ₪ 630

- ◆ **מים - כיצד הרכב המים משפיע על הבריאות?**
 כיצד התפלה השפיעה על שרשרת המזון? נפרט על הקשר בין הרכב מי השתייה למחלות לב, כלי דם, בלוטת התריס, סרטן ועוד.
- ◆ **הקורס יכלול מצגות, חשיפה והדגמת שימוש במזונות נבחרים הממחישים את המידע היישומי הנלמד.**

ימי ג': 17.03.20 - 09.06.20 (10 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 780 ₪

המרכזים היהודים במערב

מרצה: ד"ר ענת גואטה, היסטוריונית

גיבורי קורס זה הם היהודים האשכנזים במאה ה-18 והמחצית הראשונה של המאה ה-19 שקהילותיהם חוו שינויים וטלטלות בהשפעת הזמנים החדשים במערב. נעסוק במהפכות שהתחוללו משני צידי האוקיינוס האטלנטי. נלמד על התפתחות מעמד יהודי החצר בגרמניה, נכיר את נשות הסלונים היהודיות ונלווה את ההגירות הראשונות לארצות הברית.

- ◆ עידן המהפכות א' - אנגליה
- ◆ עידן המהפכות ב' - ארצות הברית
- ◆ עידן המהפכות ג' - צרפת
- ◆ נפוליאון מאקלם את עקרונות הדמוקרטיה באירופה
- ◆ נשות הסלונים היהודיות בברלין
- ◆ אנשי חצר יהודים בחצרות השליטים האבסולוטיים במדינות הגרמניות
- ◆ הרוטשילדים - דור ראשון
- ◆ ראשית הישוב היהודי בארה"ב
- ◆ ההגירה היהודית הגרמנית לארה"ב - ההשתלבות של המהגרים היהודים הגרמנים בארה"ב של המאה ה-19

ימי ג': 17.03.20 - 09.06.20 (10 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 780 ₪

נפלאות התזונה שיפור בריאות הגוף בדרך נבונה

מרצה: ד"ר יניב עובדיה, PhD RD, תזונאי רפואי מוסמך וחוקר תזונה ובריאות הציבור, מאבחן ומייעץ בנושא תזונה, סביבה ובלוטת התריס

הקורס מקנה ידע עדכני אודות הקשר בין אוכל ובריאות ומדגיש את חלקינו בהקטנת סיכון למחלות נפוצות והגדלת סיכוי להאריך תוחלת החיים הבריאה. בכל הרצאה תתבצע העמקת ידע תזונתי מבוסס מדע מחזית המחקר והשפעתו על בריאותנו.

- ◆ **עד 120 - סודות התזונה של תושבי האזורים הכחולים**
 היכן בעולם אנשים מגיעים לגיל מופלג ואפילו חשים חיוניים? איזה הרגלי תזונה פשוטים הם מאמצים נכון ואנחנו לא?
- ◆ **מזון למחשבה - הקשר בין מרכיבי תזונה ותפקוד המוח**
 מאיזה שלב חיים משפיעה התזונה על תפקוד המוח? אילו רכיבי תזונה עלולים להזיק למוח המתפתח? איזו תזונה עשויה להועיל למוח?
- ◆ **הרע במיעוטו - האם ואיזה סוג של סוכר פחות מזיק?**
 ידוע שעודף סוכר מזיק והתעשייה מספקת סוגי סוכר "שונים" ותחליפי סוכר. מה ההבדל ביניהם? נספק תשובות ונפץ מיתוסים נפוצים בתחום.
- ◆ **חילוף חומרים - המינרלים הנשכחים המשפיעים על האיזון הבריאותי**
 אילו רכיבי תזונה חשובים במיוחד לחילוף חומרים תקין? אילו הפרעות ומחלות ניתן למנוע על ידי תזונה נכונה לבלוטת התריס?
- ◆ **חלב - האם ומתי הוא "לא עושה לנו טוב"?**
 האם ולמי אין את היכולת לעכל מרכיבי חלב ואיזה? נציין מה צריך לדעת לפני שממשיכים או מוותרים על חלב.
- ◆ **צמחי מרפא - החלטות בנוגע לחליטות**
 כיצד שתיית חליטות מצמחי מרפא תורמת לבריאות ובאילו תנאים? נפרט על חליטות שהתגלו כמסייעות למניעת מחלות ואיך מומלץ לצרוכן.
- ◆ **שומנים בדם - הבדלים, סכנות ודרכי התמודדות**
 אילו תוצאות שומנים ניתן למצוא בבדיקות דם פשוטות? איזה ערכים קשורים באמת לתחלואה? כיצד התזונה יכולה להזיק או להועיל?

מחשבה יוצרת מציאות שנה את חשיבתך וישתנו חייך

מנחה: אילת פורת, M.A. בפסיכולוגיה מחקרית, מנחה קבוצות למודעות עצמית, דמיון מודרך ומדיטציה, מחברת רב-המכר "אם אין אני לי - מי לי?" וספרים נוספים

"חשוב טוב - יהיה טוב", "סוף מעשה במחשבה תחילה", "נבואה שמגשימה את עצמה" למחשבות שלנו יש כוח. הפרשנות השכלית של המציאות קובעת את המציאות האישית שלנו. גם כשאין לנו יכולת לשנות את המציאות, אנחנו יכולים לבחור איך לראות אותה, ובכך להשפיע עליה. אופן החוויה שלנו את המציאות מעצבת אותה עבורנו.

נלמד על:

- ♦ דפוסי חשיבה מעכבים - איך מגלים אותם?
- ♦ אימוץ חשיבה מקדמת: משפטים הופכיים. מנטרות.
- ♦ חשיבה חיובית "בערבון מוגבל" - מתי ואיך להשתמש בה.
- ♦ מיקוד המחשבה בכיוון ברור מאפשר הגשמה. הסרט "הסוד", חוק המגנוט.
- ♦ אסטרטגיות חשיבה מנצחות לעזרה עצמית.
- ♦ כוחה של מילה - המילים שאנחנו אומרים לעצמנו יכולות לברוא או להרוס, למקד ולקדם, וגם להשפיע על הגוף.

ימי ג': 17.03.20 - 21.04.20 (4 מפגשים) שעות: 18:00 - 19:30 מחיר: 360 ₪

סדרי הרשמה

ניתן להירשם טלפוני, באמצעות המייל ובאמצעות טופס ההרשמה המקוון אשר נמצא באתר שלנו: <http://hutz.agri.huji.ac.il>
מומלץ לציין קורסים בעדיפות שנייה למקרה שהקורס בעדיפות הראשונה לא יפתח.

לפרטים והרשמה:

אופירה: טל' 9489990 - 08 מייל: ofiraa@savion.huji.ac.il

הנחות

ניתן להנות ממקור הנחה אחד, מלבד הנרשמים ב"הרשמה מוקדמת" שיהנו מהנחה נוספת (למעט תושבי רחובות הפנסיונרים).

1. 5% בכל הקורסים:

לנרשמים בהרשמה מוקדמת עד - 31.01.20.

2. 30% לסטודנטים של הפקולטה לחקלאות - כנגד הצגת תעודת סטודנט תקפה.

3. 20% לעובדי וגימלאי האוניברסיטה העברית - ההסדר חל על:

- ◀ חברי הסגל האקדמי הבכיר המועסקים במסלול הרגיל או המקביל.
- ◀ מורים מן החוץ ללא שכר (4 נ"ז שנתי יחשב כמשרה מלאה, 2 נ"ז כ-1/2 משרה).
- ◀ עובדים מנהלים קבועים או ארעים מעל 5 שנים.
- ◀ קרובי משפחה מדרגה ראשונה (בעל, אשה, ילדים עד גיל 30).

4. 15% לתושבי רחובות הפנסיונרים על כל הקורסים וללא הגבלה במספר הקורסים. להנחה זו לא יתווספו הנחות נוספות

5. 10% לאוכלוסיות מיוחדות:

- ◀ חיילים בסדיר, חיילים בקבע וחיילים משוחררים (עד שנה מיום השחרור).
- ◀ גימלאים - נשים מגיל 62 גברים מגיל 67.
- ◀ תלמיד ותיק - תלמידים שהשתתפו בתכניות ההעשרה של המדור.
- ◀ בוגרי האוניברסיטה העברית.

אישורים ותעודות - הזכאות לקבלת אישור השתתפות ו/או תעודה - למי שנכח לפחות 80% מכלל השיעורים. תעודה תונפק בתשלום נוסף של 100 ₪.

כרטיס סטודנט - כרטיס סטודנט חד-שנתי יונפק לכל המשתתפים. הכרטיס מהווה אישור כניסה לפקולטה לחקלאות. המעוניינים בכרטיס עם תמונה יצרפו תמונת פספורט.

המדור שומר לעצמו את הזכות לשנות פרטים הכלולים בדפי המידע ללא הודעה מוקדמת.

ראש המדור: **גב' רחלי ענברי**
ס. ראש המדור: **גב' אופירה אמין**

צוות המדור: **גב' לירז אבוקן** - מ"מ הנהלת חשבונות
גב' קרן אוחיון - מזכירת המדור
גב' אושרת אלימלך - בית ריזפלד
גב' סיגל גולדנר - קורסים מקצועיים
גב' לירון דיין בן מנחם - קורסים מקצועיים
גב' שני אביקסיס - הנהלת חשבונות
גב' הגר זייד - אחראית בית ריזפלד
גב' שגית שקולניק - הנהלת חשבונות

תשלומים - קיימת אפשרות לשלם במזומן, בהמחאות ובכרטיסי אשראי בתשלומים. מועד התשלום הראשון - 13.03.20.

גמול השתלמות - מורים ועובדי הוראה יפנו אישית אל המפקח המחוזי במשרד החינוך והתרבות להסדרת האישור מראש. עובדים בדירוג האחיד, מהנדסים ועובדי המח"ר יפנו לרכזי ההדרכה או למנהל משאבי אנוש במקום עבודתם. קוד המוסד שלנו 2111.

ביטול השתתפות - צוות המדור ללימודי חוץ רואה חשיבות עליונה בשירות הלקוח ובשביעות רצונו. הנוהל המפורט להלן בדבר ביטול השתתפות ומפגש חלופי נועד למנוע אי הבנות ולאפשר לנו לספק לכם את השירות הטוב והיעיל ביותר.

ניתן לבטל את ההרשמה עד ליום ראשון - 09.02.20. הודעת ביטול השתתפות בלימודים תתקבל בכתב בלבד למייל של אופירה: ofiraa@savion.huji.ac.il.

לאחר תחילת הלימודים החיוב יתבצע כדלקמן:

- ◀ **לאחר מפגש אחד** - ערך יחסי של מפגש אחד + 50 ₪.
- ◀ **מפגש שני** - ערך יחסי של שני מפגשים + 50 ₪.
- ◀ **לאחר מפגש שני** - אין החזר כספי או כל פיצוי אחר.
- ◀ **במקרה של הפסקת לימודים עקב אילוף בלתי צפוי**, שאינו מאפשר המשך לימודים סדירים, יש לפנות מיידית בכתב ובצירוף מסמכים רלוונטיים לאופירה. כל בקשה תיבדק לגופו של עניין, בכפוף לנוהלי האוניברסיטה.

מפגש חלופי - בהרשמה לקורס התלמיד מקבל על עצמו את האחריות להגיע לכל המפגשים. במקרה שתלמיד לא הגיע למפגש אחד או יותר אין המדור ללימודי חוץ מחויב לספק לו פיצוי כספי או כל פתרון חלופי אחר. **תינתן אפשרות להשתתף עד שני מפגשים, בקורסים אחרים, במהלך סמסטר ב' בשנת תש"פ בלבד ובתיאום עם אופירה.**

מפגש בודד - יש אפשרות להשתתף במפגש בודד בתיאום מראש. אין הנחה על מפגש בודד. מחיר המפגש 80 ₪.

החלפה בין קורסים - החלפה בין קורסים אפשרית תוך חודש מתחילת הלימודים.

ביטול קורס - המדור ללימודי חוץ שומר לעצמו את הזכות שלא לקיים קורס שמספר הנרשמים אליו יהיה מועט מהמינימום הנדרש. במקרה כזה, לא יחויב הנרשם בתשלום.



האוניברסיטה העברית בירושלים

הפקולטה לחקלאות, מזון וסביבה ע"ש רוברט ה. סמית, רחובות
המדור ללימודי חוץ



לפרטים והרשמה:

אופירה - טל' 08-9489990
ofiraa@savion.huji.ac.il

כתובת למשלוח דואר:

המדור ללימודי חוץ, ת"ד 12 רחובות 7610001

