



# LIFE ACADEMY

המנטורים של החיים

---

# אודות



## אודות LIFE ACADEMY

המנטורים של החיים, הנה הבית המוביל בישראל של קהילת המנטורים להתפתחות אישית ועסקית, הגשמה עצמית והקניית מיומנויות לחיים.

האקדמיה, בניהולם של "המנטור של המנטורים", דורון ליבשטיין והמנטור לעסקים ולקריירה, רוני ניר, המכהן בה גם כמנכ"ל, הוקמה על מנת לספק מענה לצרכי ההווה והעתיד בהתפתחות אישית והגשמה עצמית, ומתוך ההבנה כי לימודים אקדמאיים מתמקדים במתן ערך מקצועי בלבד.

מאז היווסדה בחודש מאי 2022, פועלת האקדמיה לפי חזונה, כמרכז העצמה פיזי המייצר תחושת שייכות, נטוורקינג וחיי קהילה תוססים – הן בקרב המנטורים והן בקרב התלמידות והתלמידים.

קקהילה הומוגנית, נהנים חברי וחברות האקדמיה ממעטפת חיבור חווייתית, לימודית, מעצימה ואישית תחת קורת גג אחת - בין המנטורים המובילים בארץ ובעולם, לבין המבקשים ליצור שינוי משמעותי בחייהם.

**Life Academy** מציעה 34 קורסי הכשרה ייעודיים לבחירה מתוך שש פקולטות עשירות ומגוונות, אותם ניתן ללמוד בצורה פרונטלית, מקוונת ו/או כהעשרה כללית.

הקורסים הנלמדים באקדמיה חולשים על מכלול תחומי הליבה המרכיבים ומעצבים את חיינו בפן העסקי, האישי, הזוגי, הקרייריסטי ועוד – ומעניקים כלים מעשיים ורוחניים הוליסטיים ליישום מידי ולטווח הארוך, המסייעים לתהליך ההתפתחות האישית ולהגשמה עצמית של כל אחד ואחת מאיתנו, כאינדיבידואל.

רוצה לעשות שינוי פנימי, להתפתח ולהגשים את עצמך? הבחירה בידך.



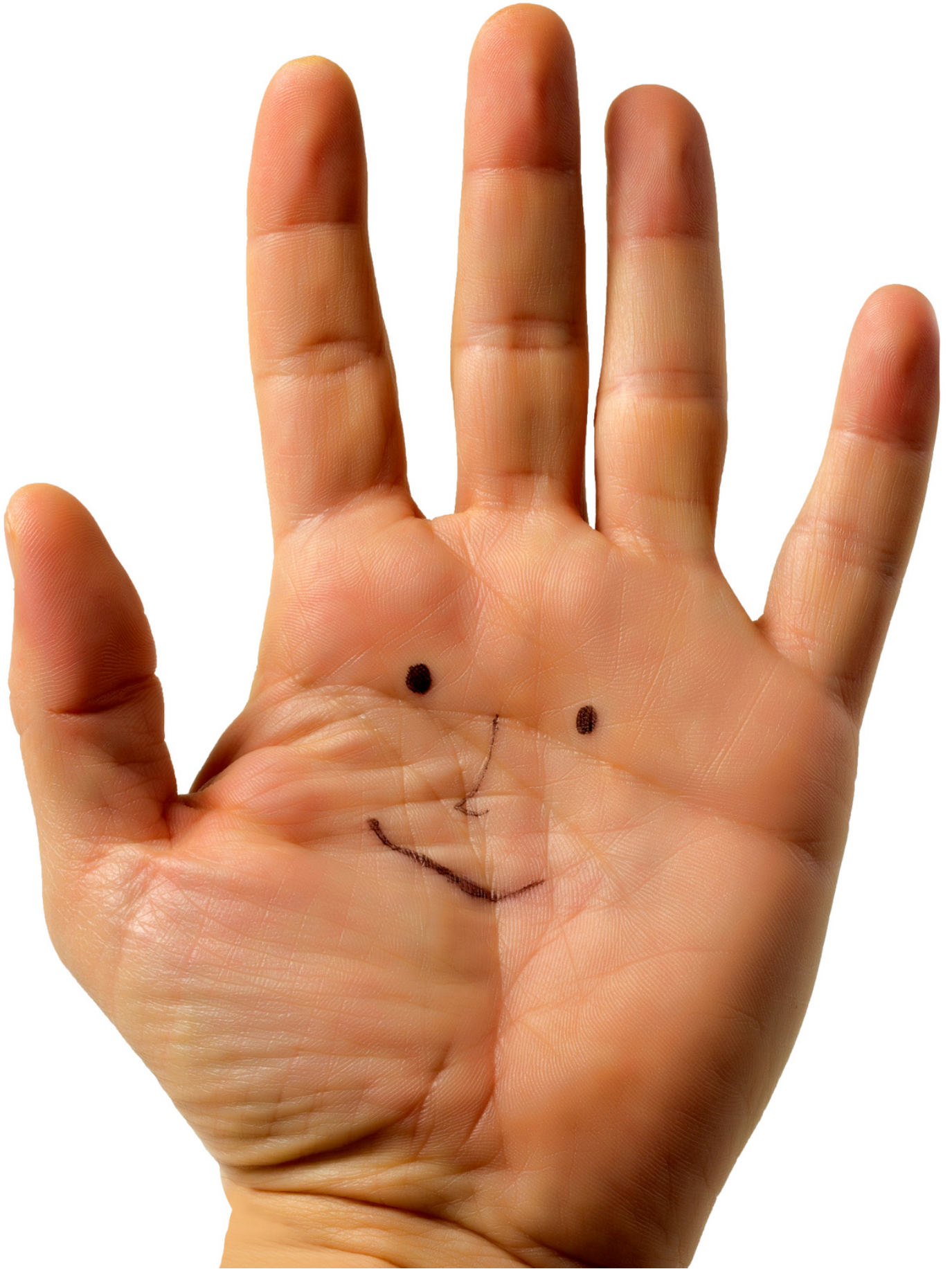
---

# הקורסים והמרצים שלנו

---



# הפקולטה לאושר





## "קורס אחדות" בהנחיית דורון ליבשטיין

### **שיעור ראשון - Being מי אני?**

איך להיות בנוכחות – ברגע הזה, בהודיה, לגלות את העוצמה הפנימית שבי, חיבור ל"עצמי" ולסביבה.

### **שיעור שני למה אני מקשיב?**

הקשבה מודעת לאינטואיציה ונטרול הפחד, מה מנהל אותי? עצירה, התבוננות, הקשבה פנימית.

### **שיעור שלישי - מה עוצר אותי ומה מקדם אותי?**

לקיחת אחריות, ספקות, הנוסחה האישית, להצלחה ומשמעות, יצירת מנהיגות אישית

### **שיעור רביעי - איך נראה היום האידיאלי שלי?**

בהירות הדרך שלי, אבני הדרך שלי, סגירת הפער מהמציאות (מצוי מול רצוי).

### **שיעור חמישי - המיקוד שלי**

למה אני אומר כן/מומחיות/ הבחירה ללכת בדרך שלי ומשפט הערך.

**שיעור שישי - גילוי החוזקות והתשוקות שלי**  
מהם המשאבים והנכסים שלי.

**שיעור שביעי - הייעוד שלי**  
המתנה שלי Doing, השליחות שלי והמסרים שלי, כולל מימוש הייעוד.

**שיעור שמיני - אני האחד בע"מ**  
ניהול עצמי, לשווק ולמכור אותי וליצור שיתופי פעולה פוריים ומוארים.

**שיעור תשיעי - ניהול האנרגיה שלי**  
תכנית לניהול מתח ורגיעה ותיעול אנרגיה כמפתח להצלחה.

**שיעור עשירי - מה עכשיו?**  
מנהיגות ותכנון חיים, לדעת מה נכון ומדויק עבורי ולהגשים את תוכניותיי.

# דורון אמיתי ליבשטיין



DATA PRIVACY

## על הקורס

כאשר אנו עוסקים במימוש ייעודנו, אנו מתמלאים באושר, סיפוק והגשמה; בנתיב של צמיחה והתפתחות בכל תחום של חיינו. קורס זה והתהליך בו תהיו מעורבים מיועדים למי שרוצה לממש את הפוטנציאל הפנימי שלו ולממש את ייעודו. זהו הכוח האמיתי של "אתה האחד".

בעזרת הכלים המותאמים לנו נוכל לשפר מערכות יחסים, מצב בריאותי, מצב כלכלי, ולהשיג חלומות ומטרות חיים. והכי חשוב אנחנו יכולים לחיות מתוך תחושת כוח, אומץ, השפעה וערך עצמי גבוה לנו ולסביבתנו.

ב 15 שנים האחרונות דורון ליווה את המנטורים המובילים בארץ ובעולם להגביר את ההשפעה שלהם בעולם וליצור הצלחה עסקית דרך חיבור בין הרוח והחומר

דורון מוביל את מהפכת ה הוולביאינג, תוך שמירה על רגיעה, תזונה, תנועה ושינה, הוא הביא את המנטורים המובילים בעולם לישראל - דיפאק ציפרה, רובין שארמה, ביירון קייטי ואקהרט טולה ומרצה בהתחלה חדשה, באוניברסיטה הפתוחה - תפנית והמרכז לקבלה והול סנטר בסנטה מוניקה

## **מה אלמד בקורס של דורון?**

הקורס לוקח אותך למסע מעמיק ומרתק מה"אני" ל"אנחנו" ו"לאחד", תוך חיבור ל"אני הפנימי" וקבלת תשובות לשאלות הכי חשובות בחיך

## **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

ניסיון רב שנים בתחום הניהול והמנטורינג של תעשיית ההייטק והפיננסים בישראל.

דורון שימש כמנהל בכיר ודירקטור בחברות הייטק מובילות וכמנכ"ל ל MSN ישראל ויו"ר תפוז.

כמנטור בינלאומי ויזם אסטרטגי בתחום הצמיחה האישית, הביא דורון לישראל רבים מהמנטורים המובילים בעולם, בהם: דיפאק צ'ופרה, רובין שארמה, ביירון קייטי ואקהרט טולה, והוא מנחה בעצמו את הקורס באופן מלא.

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

- בהירות - מי אני?
- היום האידיאלי שלי
- החוזקות והתשוקות שלי
- הייעוד שלי
- מה עכשיו? תוכנית עבודה למימוש הייעוד



## "תודעה בעידן החדש" בהנחיית מיכל מילגרם

### שיעור ראשון: מהי תודעה?

כיצד היא משפיעה על מערכת ההחלטות והבחירות שלנו במציאות?

### שיעור שני: עולם הרגש בהיבטי התודעה

על הרגש כמכוון להבנת המסע הנשמתי בחיי היום מעולה.

### שיעור שלישי: מסע הנשמה

המרחק בין היצירה לבחירה החופשית.

### שיעור רביעי: הפער בין הרצוי למצוי

כיצד לזהות מיכשולים ביצירת מציאות רצויה.

### שיעור חמישי תודעה ושפע

כיצד תודעה חוסמת שפע וכיצד שפע פותח תודעה.



**שיעור שישי: עת האהבה**  
על ההתפתחות התודעה בתוך מבנה המשפחה.

**שיעור שביעי: תפקיד ההדרכה בחיינו**  
על מדריכים רוחניים וישויות תומכות במסע התפתחות חיינו.

**שיעור שמיני: תודעה ותקשור**  
איך לפתוח את ערוץ התקשורת שלנו על ידי הרחבת תודעה.

**שיעור תשיעי: תודעת האושר**  
מדוע אנשים נמנעים מלהיות מאושרים .

**שיעור עשירי: תודעה בעידן משתנה**  
על המעבר מקורבנות להתפתחות מתוך תשוקה.





# מיכל מילגרם



## מיכל מילגרם

מורה, מתקשרת, מנחה, מנטורית מובילה לתהליכים בהתפתחות ולהרחבת התודעה בארץ ובעולם.

מובילה לשינוי מתוך גדילה, מפתחת שיטת מטא-פילינגס MetaFeelings- תודעה למציאות חדשה, ממייסדות ארגון "ביחד".



## מה אלמד בקורס של מיכל?

הקורס של מיכל עוסק בהבנת מסע הנשמה והרבדים הרגשיים בהתאם להתפתחות היקום.

## מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?

מעל ל-27 שנות ניסיון

חקירת עומק ברובד תודעתי, רוחני ומדעי

## עם איזה כלים או תובנות אצא מהקורס?

יישום ידע גבוה

פרקטיקה עכשווית

הבנת מסע הנשמה

הבנת הרבדים הרגשיים



**LIFE ACADEMY**

המנטורים של החיים

**"לבחור נכון"**

**בהנחיית סיגל שאנן ורועי כנף**

## **שיעור ראשון**

### מבוא

מה זה בכלל לבחור נכון?  
למה קשה לנו לבחור נכון?  
למה מקשיבים בבחירה נכונה?  
מהם החסמים שלנו להקשבה פנימה? כיצד ניתן לתמוך בנו לבחור נכון?

## **שיעור שני**

### איזו בחירה מזינה אותי?

כיצד בוחרים ומזהים מה מזין ומיטיב עימי  
מזון, תכנים -מידע, רגשות, מקומות, אנשים, סביבה  
ומה עושים כדי לדייק?

## **שיעור שלישי**

### מערכות יחסים

כיצד בוחרים נכון מערכות יחסים?  
מה הן מערכות יחסים מיטיבות ואיך מזהים אותן?  
מה תומך בתקשורת בונה ומפתחת?  
מה אנחנו מזמנים נכון לעכשיו? ומה נרצה לזמן?

## **שיעור רביעי**

### זיהוי מחשבות מעכבות

איך ננהל מחשבות?  
איך נזהה מחשבות אמיתיות ומחשבות שקריות?  
מחשבות טורדניות - זיהוי נקודת מקור  
כיצד מקשיבים למחשבות שלנו?  
הפרדה בין החוץ לפנים ונטרול הכוחות המשפיעים עלינו, קבלת כלים  
יישומיים.

## **שיעור חמישי**

### זיהוי טראומות

הקשבה לגוף שלי

כיצד מבדילים בין הקשבה לגוף, למקור לבין ההקשבה לטראומות של הגוף?  
כיצד יוצרים בחירה נכונה דרך הקשבה לגוף?  
למה נרצה להקשיב כדי לחזק את האינטואיציה הגופנית?

## **שיעור שישי**

### בין יצר ליצירה

הקשבה ליצרים, מה הם היצרים שלנו?

התגברות וקבלה מה נכון? ואיך נכון?

מה מעכב ומה מקדם?

בין יצר ליצירה

איך אנחנו מתחברים ליצירה וליצירתיות שבנו?

## **שיעור שביעי**

### זיהוי המהות שלי

מי אני? מאיפה אני בוחר?

מה הם התפקידים שיש לי בחיים?

אלו תפקידים לקחתי על עצמי?

כיצד לבחור נכון בתוך התפקידים? וכיצד מחוץ לתפקידים?

## **שיעור שמיני**

### הקשבה פנימית למקור הווייתי

למה מקשיבים כדי לבחור נכון ולחזק את הטוב שבי?

מה הוא בכלל הטוב שבי?

כיצד יוצרים הפרדה בין מה שלימדו אותי שטוב למה שטוב לי ומחזק את  
הטוב שבי?

## שיעור תשיעי

זיהוי בין הקולות שלי לבין מה שהועבר אליי - הקשבה לקונסטלציה שלי  
חידוד ההקשבה המיטיבה והמקדמת  
מה עובר אליו דרך ההורים שלי? דרך השושלות שלי?  
מה מקדם (מתנה)? מה מעכב? ואיך מנטרלים את זה?  
כיצד נכון ורצוי להקשיב לילדים שלי, לדור המשך שלי? כיצד אני יכול לבחור  
נכון בזכות ההקשבה הזו?

## שיעור עשירי

סיכום - הבחירה הנכונה  
כיצד בוחרים נכון בהקשבה לכל החלקים שלנו?  
איך יוצרים הרמוניה בין הכול?  
ואיזה קול מדגישים ואיך?  
מה העוגנים שלנו?

**האומץ לבחור להיות אני!**

## על הקורס "לבחור נכון"

לבחור נכון!  
כשתת המודע והכנות נפגשים.

שני מורים בכירים, שני מפתחים של שיטות, שני כוחות של הגברי והנשי  
מחדדים את היכולת שלך לבחור נכון!

בחיים אנו נדרשים בכל רגע לבחור - ואנחנו פוחדים לעשות טעויות.  
מה מניע אותנו? מה מפריע לנו? מה מקדם אותנו?  
ואיך נבחר נכון כדי להתקדם בחיים בדרך המיטיבה לנו שמחזקת את  
השמחה שלנו?

איך נרגיש שאנו הבוחרים של חיינו עם כל האפשרויות ולמרות הכול?  
בואי ללמוד לזהות ולקבל כלים לחזק את היכולת והאומץ - לבחור נכון  
ולחזק את האינטואיציה!

# סיגל שאנן ורועי כנף



## רועי כנף

בעשור האחרון מפתח גישת "כנות" מרצה (גוגל, צה"ל ועוד) סופר, מלווה תהליכים אישיים.

בעל חשבון פייסבוק עם אלפי עוקבים ותומכי כנות.

מנחה סדנאות ומעגלים בתחומי החיים:

בהורות "הורות שוויונית"  
זוגיות "זוגיות כנה"  
ועסקים "להרוויח ממי שאני".

## סיגל שאנן - מייסדת ומפתחת שיטת אייפק

ב- 27 שנים האחרונות מטפלת, מלווה תהליכים, מלמדת, ומומחית לטיפול באלרגיות (התנגדויות), רגישויות ומצבים רגשיים שיצאו מאיזון. "שיטת אייפק" מתבססת על מבדק שריר וחיבור לתת מודע. בשמונה שנים האחרונות מפתחת ומלמדת גם את שיטת - STS (stop the stress) טכניקת השמש- זיהוי ונטרול טריגרים ושל טראומות, רגשות תקועים ודפוסים מעכבים, מאפשרת הרגעת הסטרס וחיווט מחדש. מנהלת את מרפאות שאנן ספיריט בהן מטפלי אייפק וטיפולים נוספים (חדר מלח ותא חמצן) בכרכור ותל אביב. ניהלה את היחידה לרפואה משלימה במלר"מ באיכילוב בהקמתה, צמחה מהרפואה הסינית ומאז לומדת ומתפתח ובעיקר תלמידה של החיים האוספת רגעים של אושר!



### **מה אלמד בקורס?**

בחיים אתה נדרשת בכל רגע לבחור - לצד הפחד והחשש לעשות טעויות.  
מה מניע אותך? מה מפריע לך? מה מקדם אותך?  
ואיך תבחר? נכון כדי להתקדם בחיים בדרך המיטיבה לך שמחזקת את  
השמחה שלך?

### **מה מביאים מעצמם המנטורים לקורס?**

ניסיון רב

שיטות שפיתחו

כוח נשי

כוח גברי

### **עם איזה כלים/תובנות אצא מהקורס?**

זיהוי וחיזוק היכולת והאומץ

חיזוק האינטואיציה

בחירות נכונות



## **"סודות ההגשמה" בהנחיית שיריאל ליבשטיין**

**שיעור ראשון - מחיר החשיפה**

**שיעור שני - החופש להיראות**

**שיעור שלישי - האומץ לבלוט**

**שיעור רביעי - ביקורת והשוואתיות**

**שיעור חמישי - מנגנון השקיפות**

**שיעור שישי - שחרור חסמים**

**שיעור שביעי - סנכרון עם הלב שיודע**







**שיעור שמיני - לרכוב על גל השינוי**

**שיעור תשיעי - אהבה כמקור הזנה**

**שיעור עשירי - הגשמה ב 4 רבדים**



# שיריאל ליבשטיין



## סודות ההגשמה:

חולמים בגדול אבל מתלבטים?  
מרגישים יותר נוח לצפות מהצד?  
מתביישים להגיב? חשים לא שייכים?  
חוששים ליזום?  
מחכים שיזמינו אתכם?  
אני מזמינה אתכם לקורס ייחודי שיעזור  
לכם להפסיק להסתתר. אם אתם  
חוששים מדחיה, אז זה גם יכול להיות  
מפחיד.

## שיריאל ליבשטיין היא מטפלת

חוקרת (M.A) מומחית להגשמה ב  
4 רבדים.

מרצה שחקנית, מנחת סדנאות,  
ומחברת הספרים: "בדרך למעלה"  
"וכשתהיי גדולה תביני".





## **מה תלמד אותך שיריאל בקורס?**

איך לעבור משלטון השכל להנהגת הלב. להתאהב במי שאנחנו באמת.  
ולשחרר את כל מה שלא מאפשר לנו לזרוח בוורסיה הבאה שלנו.  
איך להגביר חשיפה והשפעה.  
איך להרגיש נוח לבלוט בלי עכבות על כל במה.  
איך לשבור את מנגנון השקיפות.  
איך להתמודד עם ביקורת.  
איך לצאת ממשברים.  
איך לייצר איזון פנימי.  
איך להתמודד עם חוסר וודאות.  
ואיך לייצר הגשמה בארבעה רבדים.

## **מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?**

ידע משולב מעולמות הטיפול, האימון המשחק והרוח.  
כולל ניסיון קליני והמון כלים ייחודיים ליצירת שינוי שפיתחה.

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

בהירות, חיזוק, דיוק ודחיפה לצעד הבא, כדי לעשות את מה שנועדת להיות.  
ועם כלים פרקטיים שמאפשרים יותר חשיפה, יותר השפעה, ויותר הגשמה.  
בסביבה בטוחה ואינטימית של אנשים כמוך.





## "החופש להיות" בהנחיית רוני התשואל

**שיעור ראשון:  
התכונות שלי**

**שיעור שני:  
תכונות באחר כמראות**

**שיעור שלישי:  
תכונות והשלמה**

**שיעור רביעי:  
זכרונות בגוף**

**שיעור חמישי:  
בועות אנרגיה**

**שיעור שישי:  
6. שחרור התלות**

**שיעור שביעי:  
שדה אנרגטי**

**שיעור שמיני:  
ויתור על הסיפור**

**שיעור תשיעי:  
9 סימני שאלה על הכול**

**שיעור עשירי:  
החופש להיות**

# רוני התשואל



## על הקורס

הקורס מבוסס על שיטה ייחודית אותה פיתחה התשואל ומובאת בספר רב המכר "אהיה אשר אהיה" (בכל חנויות הספרים וגם באנגלית). נלמד כיצד להיות שותפים מלאים ביצירת חיינו, נעמיק אל תוך עצמנו לראות אלו דפוסים משרתים אותנו ואלו כבר לא, נלמד לוותר על המקור לסבל ולכאבים, נקבל כלים על מנת לחיות מתוך מקום של שלווה, נקבל הבנה מעמיקה על חשיבות תהליך ה"סליחה" בחיינו כלפי בני זוג, הורים, העבר שהיה ואינו יכול לחזור ובעיקר כלפי עצמנו. אלו הנמצאים בצומת דרכים, השואלים את עצמם שאלות לגבי ייעודם והגשמתם, לאלו המעוניינים לשפר את התקשורת עם עצמם ואחרים ובעיקר למי שמרגיש שהגיע הזמן לברוא את חווית החיים שהוא רוצה ולחיות חיים מתוך שלווה.

## רוני התשואל

רוני התשואל היא מנטורית ומדריכה עם מעל 30 שנות ניסיון, במהלך השנים הובילה אלפי אנשים להצלחה ופריצת דרך בחייהם. רוני מקיימת סדנאות והרצאות ברחבי הארץ ובחו"ל ומלווה עסקים ואנשים פרטיים בפגישות אישיות.

לשעבר מנכ"לית (EMI Music Publishing (Israel) Helicon Songs. התשואל גילתה לפני שנים כי ניחנה בכישרון להדריך אנשים להצלחה ועזבה קריירה משגשגת בתעשיית המוזיקה המקומית כדי להגשים את ייעודה.

BE AND IT WILL BE

## מה אלמד בקורס של רוני?

בקורס תלמד אותך רוני שיטה המבוססת על חוק ה-SURRENDER וגם איך להיות שותפים מלאים ביצירת חיינו. בהמשך תעמיקי לתוך עצמך ותבחני את הדפוסים המשרתים אותך ואלה שכבר לא, ותלמדי לוותר על המקור לסבל ולכאבים, לברוא את חוויית החיים שתמצאי לחיות מתוך שלוה ומערכת יחסים בריאה עם עצמך ועם העולם החיצוני, ותחווה.

## מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?

ניסיון של 25 שנים בתקשור, כתיבה ולימוד במהלכן הובילה אלפי אנשים להצלחה ולפריצת דרך בחייהם.

## עם איזה כלים אצא מהקורס?

- הבנה מעמיקה לחשיבות תהליך ה"סליחה" בחייך כלפי ההורים, בני/ות הזוג, העבר שהיה וכלפי עצמך
- כלים שיסייעו לך לחיות מתוך מקום של שלוה
- שיפור התקשורת עם אחרים
- מסע לגילוי עצמי ותשובות לשאלות לגבי ייעודך והגשמתך
- השתחררות מכל מה שהסביבה החליטה שצריך
- שיטה חדשנית וחווייתית שתגרום לך להסתכל על העולם בצורה חדשה.
- דיוק פנימי
- הגשמת מטרות החיים מתוך מקום נקי בלי רעשים ובלי תחרות עם האחר.
- יצירת תחושה של "אני העולם" וכאן כל עולם החיצוני מתגלה כמראה שלנו.



---

# הפקולטה לכלכלה







## "לפרוש כנפיים" בהנחיית אריה שחורי

### **שיעור ראשון: פרישה**

צומת קריטית בחיים, היכולת לקחת אחריות על תהליך הפרישה, להוביל.

### **שיעור שני: התעוררות פיננסית**

פיתוח ה IQ הפיננסי, לחשוב כמו עשירים להתחיל לתת לכסף שלנו לעבוד עבורנו

### **שיעור שלישי: פחדים**

היכולת לנהל את הפחדים שלנו ולא שהם ינהלו אותנו

### **שיעור רביעי: מי אני ומה אני**

החוזקות שלנו, איפה נהיה בעוד 5 שנים, המטרה והדרך להגיע לשם

### **שיעור חמישי: הכול בראש**

שינוי התודעה וההשפעה שלה על חיינו, חשיבה חיובית ותודעת שפע

### **שיעור שישי: חשיבה יזמית**

במקום ש 95% מהאוכלוסייה יראו בעיות - היכולת לראות את הפתרון.  
פיתוח החשיבה היצירתית של היזמים החדשים

## **שיעור שביעי: איך עושים את זה ביחד**

על זוגיות בפרישה, בקבלת החלטות לאחר הפרישה וכיצד מקבלים החלטות כלכליות ביחד

## **שיעור שמיני:**

### **השקעות ונדל"ן בארה"ב**

## **שיעור תשיעי: השקעה בעצמנו**

הדרכים והשיטות להתפתח ולגדול, והכישלון כמתנה - כיצד נמנף את הכישלונות בדרך להצלחות מחודשות

## **שיעור עשירי:**

לעוף על עצמך - היכולת לפרוח באזרחות ולהפוך את הקריירה החדשה לשליחות והנאה

# אריה שחורי



**אריה שחורי** בעל ומייסד שותף עם אשתו מרים של חברת R.me המתמחה בשינוי חשיבה פיננסית והשקעות לאנשי קבע כוחות הביטחון, פורשים, ולקוחות פרטיים, על מנת לשפר את איכות חייהם. אריה פרש מצה"ל לאחר 23 שנות פיקוד קרבי בחטיבת הצנחנים וחטיבת כפיר. הוא פיקד על אלפי מפקדים ולוחמים והוביל תהליכים עתירי משאבים בצה"ל.

כיום, לאחר כ-5 שנים מהפרישה הוא בעלים שותף עם אשתו מרים בחברת R.me. בשנים האחרונות ליוותה החברה מאות רבות של אנשי קבע ופורשים בתהליך הפרישה הן בהיבט הפיננסי והכלכלי דרך תכנון ארוך טווח והשקעות אחראיות ויציבות והן בהיבט של צמיחה אישית בדרך להגשמת מטרות והפיכת הפרישה להזדמנות. אריה ומרים מרצים בארגון "חבר" על תהליך הפרישה. בימים אלה אריה מסיים את כתיבת ספרו "לפרוש כנפיים" על הליך הפרישה והמשבר המטלטל שחווה ועד הפיכת הפרישה לשליחות מחודשת.

**הקורס "לפרוש כנפיים"** בביטחון מתמקד בהפיכת תהליך הפרישה המשברי - להזדמנות.

הקורס נותן את כל הכלים התפיסתיים והפרקטיים במטרה לתרגם את חוזקות הפורש וניסיונו להצלחה בקריירה השנייה ובעולם העסקי

- מיקוד בחוזקות האישיות של הפורש/ת והצבת מטרות אישיות לפרישה

- הבנת האתגרים הנפשיים הזוגיים והפיננסיים בתהליך הפרישה

- חיזוק החשיבה היזמית והבנת המאפיינים העסקיים של העולם החדש

- הקניית הרגלים פיננסיים מעצימים ותודעתיים בהבנת הקשר לכסף ושגשוג - בחיי הפורש

- בניית תוכנית פיננסית ועסקית לשנים הבאות

- הצצה לעולם השקעות בכלל והשקעות נדל"ן בארה"ב בפרט כאמצעי להגדלת ההון ויצירת רשת ביטחון פיננסית בפרישה



## קורס "תודעת הכסף והשפע: לחופש כלכלי" בהנחיית קרול גלזר

### שיעור ראשון

#### THE LAW OF DISCOVERY

נגלה ונכיר את העוצמה בתודעת הכסף ותודעת השפע  
נבדוק מהי תודעה, מהי תודעת הכסף, נפעיל את כלי גלגל הכסף. תרגול  
ראשון

### שיעור שני

#### THE LAW OF EMOTION

מהו משחק הכסף ואיזה תפקיד אנחנו לוקחים על עצמנו? הקשר בין רגש  
לכסף ומה ההשפעה על חיי היומיום שלנו  
בהתנהלות שלנו עם כסף. תרגול

### שיעור שלישי

#### THE LAW OF COMMUNICATION

תקשורת מודעת  
מודל 5 המפתחות © לפתיחת תקשורת על כסף בצורה בטוחה ומעצימה,  
מהם אזורי הבטחון, משיחות שיפוטיות לשיחות פרודוקטיביות, אישיות  
הכסף האישי. תרגול

### שיעור רביעי

#### THE LAW OF FORGIVENESS

שיטת WISHING OTHERS WELL, כלי מיוחד לשחרור, נתמקד בתודעת  
ההנחות אנו פועלים, נרחיב את היכולות שלנו לסליחה והקשר לחופש  
כלכלי ותודעת כסף בריאה ופורייה. תרגול

## **שיעור חמישי:**

### THE LAW OF RELATIONSHIPS

נכיר דמות חדשה ומפתיעה בדרך לגילוי אמונות מול מציאות, מה מקדם?  
מה עוצר?

כסף ריאקטיבי מול כסף פרואקטיבי = תודעת חוסר מול תודעת שפע  
זיהוי הסיפורים המשפיעים על ההתנהלות שלכם מנקודת מבט אישית  
ומערכות יחסים בחייכם. תרגול

## **שיעור שישי:**

### THE LAW OF CONNECTIONS

כלי לתרגול PARADIGM PROTOTYPING מה השפעותיכם, לשמר או  
לשנות? משמעות הסיפור על חייכם, על חיי הזוגיות שלכם, על חיי  
המשפחה שלכם, חשיבה לטווח ארוך, מעגלים חוזרים ככלי לפריצת דרך  
בכל תחום בחייכם. תרגול

## **שיעור שביעי:**

### THE LAW OF SELF WORTH

ערך עצמי מול ערך כלכלי  
מחירים, רווח והפסד, PRICETAGS, האתגר הגדול ותרגול

## **שיעור שמיני:**

### THE LAW OF ENERGY

מהו חוק האנרגיה ואיך הוא פועל בקשר לכסף?  
"כסף שמח" ע"פ קן הונדה, החיבור בין אנרגיה אנכית מול אופקית ואיך  
לחבר ביניהן, כלים לשחרור מתחים. אנרגית ההודיה, תרגול

## **שיעור תשיעי:**

### THE LAW OF CONFLICT AND LEGACY

"כסף כן גדל על עצים"

צעדים מעשיים

מורשת תודעתית כגישה וצורת החשיבה שאתם מעבירים לדור הבא  
ההשפעה על אופן ההסתכלות, השימוש וההקצאה של כסף.  
מורשת חשיבה יכולה להיבנות עם מחשבה ופעולה מכוונת.  
הצעדים הבאים לעתיד הקרוב ולעתיד הרחוק: כלי מעשי  
תרגול

## **שיעור עשירי:**

### THE LAW OF POWER

הפתעה!

תרגיל סיכום

חלוקת תעודות



# קרול גלזר



## קרול גלזר

מנטורית ומרצה בינלאומית, סופרת, יזמית, והאישה מאחורי UNLEASH YOUR ABUNDANCE, תוכנית ייחודית במסגרתה היא מלווה ומייעצת לנשים ולגברים ולזוגות בנושא חופש כלכלי ובניית מורשת תודעתית בריאה, המבוססת על תודעת כסף. בוגרת מכללת רידמן MCIL וסופרויזרית, סיימה לימודים בדינמיקה קבוצתית באוניברסיטת חיפה והיום מנהלת תוכן של LIFE ACADEMY.

ספרה החדש "THE SECRET LAWS OF MONEY THAT MY MOTHER NEVER TAUGHT ME יושק בקרוב.

## הקורס: חוקי הכסף והשפע

רבים חושבים שההגעה לחופש כלכלי תלויה בעבודה אין סופית ובהקרבה למען המטרות שלנו בחיים. רבים מייחסים את המילה "שפע" לרוחניות.

בקורס נלמד על החיבור המיוחד שלכם עם כסף ואיך לפרוץ גבולות בתת מודע. איך לזהות את הקשרים הרבים שאנחנו עושים בין כסף להצלחה, בין כסף לערך עצמי, איך לפרוץ את הדרך כדי לבנות חיים על פי התנאים שלכם, איך לבנות מורשת תודעתית בריאה לאורך חיינו ומהם החוקים לחופש כלכלי ולבניית תכנית לעתיד.

בכל שיעור נלמד בצורה חווייתית ואינטראקטיבית דרך כלים מעשיים שתוכלו להשתמש בהם לאורך החיים.

## מה אלמד בקורס של קרול?

1. כיצד לקחת שליטה על העתיד הפיננסי שלך
2. איך להפחית את המתח
3. הבהרת היעדים הפיננסיים שלך
4. הבנה מה מונע ממך לחיות את החיים שאתה מדמיין. תביטחון
5. תכנות מחדש של המחשבות, הרגשות והפעולות שלך
6. ריפוי מערכות היחסים שלך
7. כיצד לתקשר על כסף
8. כיצד לבצע פעולות והחלטות פיננסיות מלאות השראה ועקביות בביטחון
9. 10 השיטות לשפר לצמיתות את הלך הרוח שלך בכסף
10. איך להפסיק לדאוג לגבי כסף

## מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?

עם למעלה מ-13 שנות ניסיון ועבודה עם מאות אנשים מכל העולם, קרול מאפשרת לכל אדם להביא את סיפוריו האישיים להישמע, לשכתב ולרפא ללא שיפוטיות כדי לפתח עתיד פיננסי בתנאים שלו. קרול מביאה שיטה ייחודית המלמדת הקשבה עצמית, הקשבה לסביבה ולפריצות דרך בכל הקשור לכסף.

## עם איזה כלים אצא מהקורס?

בהירות לגבי היעדים הפיננסיים שלך  
כלים לניהול שיח על כסף  
שליטה על עתידך הפיננסי  
תודעת שפע





## "GROW2BE"

### בהנחיית צחי מגד ודורון ליבשטיין

#### **שיעור ראשון - לבנות את המיינדסט הנכון**

שלושת דרגות העצמאות הכלכלית, כמה כסף צריך כדי לפרוש, סדנת מיפוי, הכנסות והוצאות, שיטות לניהול תקציב משפחתי, מודל GROW

#### **שיעור שני - מיפוי נכסים, התחייבויות, הון העצמי**

סדנת מיפוי נכסים והתחייבויות, כמה אני שווה - חישוב ההון העצמי נכסים טובים ורעים, התחייבויות טובות ורעות, איך לנהל את עצמנו כמו חברה

#### **שיעור שלישי - מבוא להשקעות**

איך כסף עובד, ריבית דריבית ותשואה, עקרון הכפלת הכסף, סוגי השקעות ותשואת מקובלות, על סיכויים וסיכונים בהשקעות, הקצאת (אלוקציית) הנכסים

#### **שיעור רביעי - השקעות בשוק ההון**

אסטרטגיות לבחירת מניות אג"ח וקרנות, השקעה אקטיבית מול פאסיבית איך בונים תיק השקעות פאסיבי מבוזר, היבטים פסיכולוגיים בהשקעות

#### **שיעור חמישי - השקעות נדל"ן**

סוגי השקעות בנדל"ן בארץ ובחו"ל, נדל"ן מניב מול השבחה, מינוף פיננסי - למה איך ומתי, מבחן התשוקה של גיאנט אטווד

## **שיעור שישי - השקעות אלטרנטיביות**

סוגי השקעות אלטרנטיביות, חשיפה להזדמנויות השקעה בארץ ובחו"ל,  
בדיקות  
אותות להשקעות וליזמים

## **שיעור שביעי - תכנון פנסיה וביטוחים**

קרנות פנסיה ביטוחי מנהלים קופות גמל, מכשירי השקעה מתקדמים  
ותכנון מס  
בחירת יצרנים פיננסיים ומסלולי השקעה, ניהול סיכונים משפחתיים  
וביטוחים

## **שיעור שמיני - עקרונות התכנון הפיננסי**

מטרות יעדים וסדרי עדיפויות, מפת הדרכים לעצמאות כלכלית, עשרת  
הכללים להגדלת ההון האישי והמשפחתי, איך בונים תוכנית להון עצמי של  
10 מיליון ש"ח

## **שיעור תשיעי - סדנת תכנון אישי/משפחתי**

סדנת תכנון פיננסי אישי/משפחתי, איך נראה יום של חופש כלכלי

## **שיעור עשירי - סיכום והכוונה**

מודל ההגשמה, העתיד כבר כאן, הכוונה אישית/משפחתית



## על הקורס: צמיחה כלכלית והשקעות GROW2B

איך זה מרגיש לחיות את החיים בתנאים שלך?

אם הרצון שלך הוא להרגיש חופש כלכלי, לעשות את מה שאהוב עליך ולהבטיח את עתיד משפחתך - אז הקורס לצמיחה כלכלית והשקעות הוא בדיוק בשבילך.

בקורס לצמיחה כלכלית והשקעות GROW2B - נלמד איך להגדיל את ההון האישי והמשפחתי, להשיג מטרות חיים ולהגיע לעצמאות כלכלית, והכל באופן נגיש וברור גם אם אין לך ידע פיננסי מוקדם.

בין נושאי הלימוד -

- מהו המיינדסט הדרוש לצמיחה אישית וכלכלית
- איך הופכים את הצרכים הרצונות והחלומות שלך ליעדים ברי השגה
- איך כסף עובד ואיך הוא יכול לעבוד למענך
- איך משקיעים בשוק ההון, בנדל"ן ובנכסים אלטרנטיביים מבלי להיות מומחים
- איך משפרים בצורה משמעותית את החסכונות הפנסיוניים
- מהן אפשרויות ההשקעה בארץ ובחו"ל ואיך כדאי להיחשף אליהן
- איך משתמשים במינוף פיננסי ותכנון מס כדי להגדיל תשואה ולהאיץ צמיחה
- איך מתכננים ומגיעים לעצמאות וחופש כלכלי

בסיום הקורס תצאו עם מיפוי מלא של הנכסים, הערכת הון עצמי וידע מעשי להשגת צמיחה כלכלית משמעותית שתוכלו ליישם באופן מיידי.

# צחי מגד ודורון ליבשטיין



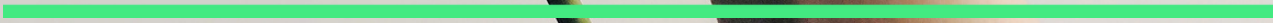
**צחי מגד - יזם, משקיע ומנטור לתכנון פיננסי והשקעות.** לצחי תואר ראשון ושני בכלכלה ומנהל עסקים והוא בעל הסמכה בינלאומית לתכנון פיננסי אישי ומשפחתי CFP. במסגרת תפקידיו כיהן ככלכלן הראשי ומנהל המחלקה לניתוח עסקים בחברת המידע הגלובלית Dun & Bradstreet, כסמנכ"ל שיווק ופיתוח עסקי בחברת HP וכמנכ"ל חברות סטארט-אפ גלובליות בתחומי הפיננסים והטכנולוגיה. לאחר שיעץ לגופים מובילים במשק, הוביל חברות ועסקים והגיע לעצמאות כלכלית באמצעות תכנון פיננסי והשקעות, החליט להעביר את הידע שלו הלאה. בשנים האחרונות צחי יועץ ומלווה עסקים ומשפחות בדרך לעצמאות כלכלית תוך שילוב ידע וניסיון מעולמות הפיננסים, מנטור ומרצה מבוקש.



**דורון ליבשטיין מנטור של המנטורים** ב 15 שנים האחרונות דורון ליווה את המנטורים המובילים בארץ ובעולם להגביר את ההשפעה שלהם בעולם וליצור הצלחה עסקית דרך חיבור בין הרוח והחומר דורון מוביל את מהפכת הוולביאינג, תוך שמירה על רגיעה, תזונה, תנועה ושינה, הוא הביא את המנטורים המובילים בעולם לישראל - דיפאק צ'ופרה, רובין שארמה, ביירון קייטי ואקהרט טולה ומרצה בהתחלה חדשה, באוניברסיטה הפתוחה - תפנית והמרכז לקבלה והול סנטר בסנטה מוניקה

---

# הפקולטה לבריאות







## "יסודות רפואת על" בהנחיית דן לוסטיג

### שיעור ראשון

הקשר בין סטרס למחלות, סימפטומים גופניים לרגשות  
אמונות מגבילות ריפוי מול אמונות תומכות ריפוי  
איך אמונה משפיעה על יכולת הריפוי של הגוף  
איך אמונות מקיימות את עצמן ומייצרות מציאות  
איך לשנות אמונות.  
איך לקבל בחזרה את האחריות על הבריאות שלך

### שיעור שני

מודל הקרחון- הבנת 4 הרבדים לריפוי עצמי  
מה יוצר מחלות - גורמים חיצוניים סביבתיים מול גורמים פנימיים  
מהו "יודין" - ואיך הוא בא לידי ביטוי בחיים שלנו

### שיעור שלישי

מתי מחלה היא החלמה?  
שני השלבים של מחלה  
האינטליגנציה של הגוף והסימפטומים שהוא חווה.  
הדגמה- איך לשחרר אנרגיה רגשית כלואה במהירות

### שיעור רביעי

מבוא לאנטומיית על  
ההבדל בין צד ימין לצד שמאל של הגוף שלך- אנרגיה זכרית ואנרגיה נקבית  
בחיים שלך קדימה ואחורה של הגוף, סוגי הקונפליקטים בשכבות עובריות  
שונות, המוח העתיק מול המוח החדש דוגמאות שונות לאזורי המוח השונים

### **שיעור חמישי:**

ריפוי עצמי - איך להכניס את הגוף למצב ריפוי  
חיבור לאנרגיית הריפוי הטבעית של הגוף  
מנגנון הרגיעה ומנגנון הסטרס של הגוף  
איך לאבחן את הגורם השורשי לבעיה באופן ממוקד

### **שיעור שישי:**

מערכת העיכול - ואיברי גזע המוח  
תהליך המחלה וההחלמה  
בית הבליעה, שקדים, ושט, הקיבה והמעי הדק  
המעיים, המעי הגס, עצירויות,  
טיפול לדוגמה, מעבר על בעיות שונות והסיבה הביולוגית להן

### **שיעור שביעי:**

מערכת ההגנה של הגוף- ובלוטות החלב  
מערכת העור העבה (שכבת הדרמיס), אבחון בעיות כמו אקנה, בלוטות  
חלב, וגידולי שד. טיפול לדוגמה, מעבר על בעיות שונות והסיבה הביולוגית  
להן

### **שיעור שמיני:**

מערכת השלד, השרירים, הלימפה והתנועה - המוח האמצעי  
תהליך המחלה וההחלמה ברקמות המוח האמצעי  
הידלדלות, שחיקה והיחלשות רקמות שונות- ואיך לאפשר ריפוי והחלמה  
טיפול לדוגמה  
מעבר על בעיות שונות והסיבה הביולוגית להן (כאבי גב/שרירים/מפרקים  
ועוד..)

## **שיעור תשיעי:**

מערכת הכסות החיצונית  
תהליך המחלה וההחלמה מבעיות עור  
בעיות עור, לב, בלוטות אנדוקריניות ועוד  
אלרגיות  
טיפול לדוגמה  
מעבר על בעיות שונות והסיבה הביולוגית להן

## **שיעור עשירי:**

מפגש מסכם  
איך להביא ריפוי לחיי היום-יום  
סגירת נושאים אחרונים  
סשן סיום- תהליך ריפוי עוצמתי לתת המודע



# דן לוסטיג



**הקורס הזה יאפשר לכם:** לגבש גישה תומכת ריפוי עצמי, לדעת לאבחן באופן ממוקד את הגורם

הרגשי לסימפטום גופני, תקיעות בחיים או רגשות לא נעימים להרגיש יותר ביטחון ביחס לנושאים גופניים או בריאותיים בחיים שלכם או של היקרים לכם להבין לעומק למה הגוף מגיב כמו שהוא מגיב, ומה אפשר לעשות כדי לקבל את השליטה בחזרה לידיים כשזה מגיע למתחים נפשיים או סימפטומים פיזיים בגוף. לקבל כלים פרקטיים לריפוי עצמי להבין באופן עמוק וממוקד את הקשר בין גוף לנפש

**דן לוסטיג** הוא מטפל בין לאומי ומומחה הוא ותלמידיו חתומים על מאות סיפורי הצלחה של תלמידים שריפאו את עצמם, לפעמים גם ממקרים שרופאים אמרו שזה לא אפשרי. הנציג הרשמי בישראל של ארגון רפואת על (META-Health international) (לאומי-הבין וחבר מייעץ בדירקטוריון הארגון הבין-לאומי. דן ראש הפקולטה לבריאות של LIFE ACADEMY. בעל ניסיון בעבודה עם מעל 12,000 תלמידים ומטופלים ב11 השנים האחרונות. דן הכשיר מאות מטופלים בשנים האחרונות בשיטת רפואת על ובשיטת פרואקטיב אותה פיתח עם אישתו מיטל פריברג לוסטיג. בין תלמידיו רופאים בכירים, פרופסורים, מטופלים מובילים עם שם בין לאומי, ומדענים.



## מה אלמד בקורס של דן?

"רפואת על" היא שיטה בין לאומית המבוססת הוכחות מחקריות מוצקות. השיטה מבוססת על כך שלכל בעיה או סימפטום גופני בריאותי יש שורש נפשי אחד, שורש שאפשר לראותו באופן פיזי במוח שלנו בסריקת CT רגילה! במהלך הקורס דן ילמד אותך מה באמת גורם למחלות? האם הגוף באמת יכול לרפא את עצמו? האם ישנה שיטה מדעית, סודית ומוכחת? ואיך תוכלי לרפא את עצמך?

## מה מביא מעצמו המנטור לקורס?

ניסיון בעבודה מול תלמידים ומטופלים  
ידע רב בתחום  
חוויה אישית

## עם איזה כלים או תובנות אצא מהקורס?

גיבוש גישה תומכת ריפוי עצמי  
ידיעה כיצד לאבחן באופן ממוקד את הגורם הרגשי לסימפטום גופני, תקיעות בחיים או רגשות לא נעימים  
תחושת ביטחון ביחס לנושאים גופניים או בריאותיים בחיים שלך או של היקרים לך  
הבנה עמוקה למה הגוף מגיב כמו שהוא מגיב, ומה אפשר לעשות כדי לקבל את השליטה בחזרה לידיים כשזה מגיע למתחים נפשיים או סימפטומים פיזיים בגוף.  
כלים פרקטיים לריפוי עצמי  
הבנה עמוקה וממוקדת בקשר בין גוף לנפש





**"נס רפואי: מאשליה למציאות"  
בהנחיית נאידה אלכסנדר**

**שיעור ראשון:  
תולדות הרפואה העכשווית**

**שיעור שני:  
רפואה משלימה - ומה בדיוק היא משלימה?**

**שיעור שלישי:  
הביולוגיה של הפלצבו**

**שיעור רביעי:  
אנטומיה של הנפש**

**שיעור חמישי:  
מרכזי הנפש והאנרגיה בגוף**

**שיעור שישי:  
רפואה, דת ומה שביניהן**



**Dr. Naida Alexander**

רפואה מודעת אינטגרטיבית

**שיעור שביעי:  
נס רפואי: מאשליה למציאות**

**שיעור שמיני:  
ריפוי עצמי כבחירה עליונה בחיים**

**שיעור תשיעי:  
שינוי פרדיגמה בתפיסת הבריאות הפיזית**

**שיעור עשירי:  
שיעור סיכום**



**Dr. Naida Alexander**

רפואה מודעת אינטגרטיבית



## אודות הקורס "נס רפואי: מאשליה למציאות"

הקורס עוסק בהבנת הבריאות הפיזית מנקודת מבט של בחירה ומודעות עצמית והקניית כלים מעשיים לריפוי אמיתי מהשורש. במהלך הקורס נלמד את החוקים הבסיסיים של הבריאה ונבין איך הם מתרגמים לבריאות הפיזית שלנו. נלמד כיצד אמונות, מחשבות ורגשות משפיעות על רקמות ותאים בגוף האדם ומובילים למחלות או לריפוי. נלמד ונענה ביחד על השאלה המהותית כמו "האם אנחנו בוחרים במחלות שלנו?", "ואם כן, "האם אפשר לבחור אחרת?" בנוסף, נלמד על שיטות שונות של רפואה משלימה במבט מעמיק לקשר בין גוף, נפש ורוח ושבעת מרכזי הנפש והאנרגיה בגוף. בין היתר, הקורס מאפשר להכיר מחקר חדשני על התופעה של נס רפואי, על החוקים הביולוגיים והרוחניים שמאחורי הנס הרפואי, כולל דוגמאות ועדויות אמיתיות מהחיים. בסיום הקורס נבין מהו שינוי פרדיגמה בתפיסת הבריאות הפיזית שלנו ואיך ניתן לבנות מסלול מוגדר לעבר ריפוי עמוק ואמיתי המבוסס על בחירה, הבנה מקור המחלה, קבלה, אמונה, לקיחת אחריות, עשייה ומודעות.



# נאיִדה אלכסנדר



## ד"ר נאיִדה אלכסנדר

דוקטור למדעי הרפואה (PhD) מאוניברסיטת תל אביב. מרצה לרפואה אינטגרטיבית, ובעלת חברה בינלאומית למחקרים קליניים.

ד"ר אלכסנדר היא חוקרת גוף ונפש האדם עם 20 שנות ניסיון במחקר רפואי. במהלך התקופה ליוותה ד"ר אלכסנדר חברות תרופות וביוטק בארץ ובעולם, בפרויקטים מורכבים של פיתוח תרופות וטיפולים חדשניים, הכוללים תהליכים מדעיים, משפטיים, אתיים ורגולטוריים. היא פרסמה מאמרים מדעיים בתחומים כמו קרדיולוגיה, אונקולוגיה, מחלות זיהומיות, רפואת ילדים ועוד.

התמודדות אישית עם מחלה קשה במשפחה הובילה אותה לחיפוש פתרונות למחלות חשוכות מרפא הן בכלים של רפואה קונבנציונלית והן ברפואה האלטרנטיבית. שנים רבות של לימוד ועבודת מחקר רחבה בתחומי המדע והרוח הובילו אותה אל הרפואה המודעת האינטגרטיבית, שמלמדת את החוקים האוניברסליים של ריפוי עמוק ואמיתי.



## **מה תלמד אותך נאידה?**

במהלך הקורס תלמד אותך נאידה כיצד המודעות, האמונות, המחשבות והרגשות שלך משפיעות על בריאותך הפיזית, כיצד משפיעה ישירות המודעות על רקמות ותאים בגוף האדם, ומהי יכולתה האדירה של המודעות כפקטור לגרימת מחלות או לריפוי.

## **מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?**

ניסיון של מעל 20 שנה במחקרים בתחום הרפואה הקונבנציונלית לצד שנים רבות של חקר השיטות האלטרנטיביות לריפוי, ושילוב בין שני עולמות הרפואה, בצורה המאפשרת ראייה עמוקה על מהות המחלה בגוף האדם ותפקידה של המודעות ככלי לריפוי.

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

הבנה עמוקה של מהות המחלה בחיינו ותהליכי הריפוי (כולל ריפוי עצמי) יכולת בניית דרך ייחודית ואינדיבידואלית לריפוי מתוך כלל שיטות הטיפול המוכרות והזמינות בעולם הרפואה הכרת חוקים של "נס רפואי" המבוססים על מחקר מקיף של מקרים אמיתיים של מאות מטופלים שהחלימו ממחלות חשוכות מרפא.



**Dr. Naida Alexander**

רפואה מודעת אינטגרטיבית





## קורס "5 הגופים" בהנחיית ליאת דויטשר

### שיעור ראשון:

מדיטציה - היכרות עם חמשת הגופים. • מהם הגורמים לקבלת ההחלטות בחיים? • מהו הגורם הנפוץ ביותר לתקיעות? • למה הבנת הבעיה לא נותנת פתרון? • מסקנה, יש 5 תתי מודע

### שיעור שני:

מהי השפה של הרגש? • מהו הגורם העיקרי לתקיעות בחיים? • שחרור רגשי - לחיות מתוך שלוה • שחרור תופעת ה"רגשות השליליים"

### שיעור שלישי:

• שפת הגוף • מתי הגוף מאותת ואיך ניתן לשמוע אותו? • איך למנוע מחלות? • האם ניתן לרפא את הגוף מכל כאב או מחלה?

### שיעור רביעי:

החברה המודרנית הרציונאלית • אופטימיות דמיונית מול אופטימיות אותנטית • "הכוס המלאה" כתירוץ. • למה הבנת הבעיה לא פותרת אותה?

### שיעור חמישי:

האם יש משהו מעבר? - הסבר מחקרי על עולם הרוח • סרטון על העולם שמעבר, ראיון משנה תפיסה. • מסע נשמתי • מה הייעוד שלי? • מה הסיבה הרוחנית לתקיעות בחיים? • שחרור רוחני



### **שיעור שישי:**

מהו הגורם העיקרי להצלחה מסחררת? • הדחף – האם אפשר להתגבר על הדחף? • מה הקשר בין יצר ויצירתיות? איך מתחברים אליו? • אינסטינקט ראשוני – מה עושים כשהאימפולס משתלט?

### **שיעור שביעי:**

הקשר בין גבולות למיניות מחברת .  
ההבדל בין שימוש במיניות לחיבור למיניות.  
העוצמה בהתחברות לעונג.  
הסוד להצלחה יציבה.

### **שיעור שמיני:**

המבנה למערכות יחסים כושלות.  
מערכות יחסים ממתען גנטי מדורי דורות.  
המבנה החדש למערכות יחסים משגשגות.

### **שיעור תשיעי:**

השחרור העוצמתי מחוויות העבר .  
היכולת להרגיש באמת את החיים.  
הדרך למגנט מציאות ללא מאמץ.

### **שיעור עשירי:**

איזון 5 הגופים , היערכות מחדש .  
תוצאות בשטח ומפת ההתקדמות האישית.  
ליישם את מה שאנחנו יודעים , הלכה למעשה.



# ליאת דויטשר



בקורס נלמד על 5 הכניסות לתתי המודע שיש לכל אדם! נלמד כלים מחמישה עולמות ריפוי שיחד הופכים לשילוב המנצח לאיזון חיים קבוע ויציב.

לכל תת מודע יש שפה משלו, לאדם יש 5 תתי מודע, או מה שאני מכנה גופים, בואו לגלות מה השפה של כל גוף ולמה נוצר חוסר איזון כשגוף אחד לא מקבל מענה נכון.

מומחית למדעי הגופים ותתי המודע, הבעלים של "מרכז דויטשר"

ליאת מרצה בכירה בתחום המודעות וההתפתחות האישית מזה 10 שנים.

מפתחת 'שיטת 5 הגופים', שיטת טיפול ולימוד לאיזון חיים.

מייסדת "כנס תת המודע הגדול בישראל 2019" נווה אילן.



---

# הפקולטה למערכות יחסים





## "בעקבות הלב" בהנחיית לאור פז נוי רוזן

### **שיעור ראשון:**

אהבה עצמית  
התעוררות למהות - Self Love

### **שיעור שני:**

לקחת אחריות  
להיות היוצר של חיך - Action - Reaction

### **שיעור שלישי:**

אהבה זה כואב

### **שיעור רביעי:**

לאהוב את הילד הפנימי

### **שיעור חמישי:**

מפגש אהבה לגוף

### **שיעור שישי:**

אינטימיות עם משפחה וחברים

### **שיעור שביעי:**

לאהוב את מה שאני עושה





### **שיעור שמיני:**

אהבה בשניים - זוגיות

### **שיעור תשיעי:**

הכל זה אהבה

### **שיעור עשירי:**

לחוות אהבה רוחנית וגשמית - Co-Creation

# לאור פז נוי רוזן



**לאור פז נוי רוזן** מנחת סדנאות, מטפלת וסופרת. לאור עוזרת להתחבר לאהבה עצמית, עוצמה פנימית, שקט ושלווה. היא מראה לאנשים את הדרך לבית של עצמם, אל הלב שלהם שבו נמצאות כל התשובות.

**בקורס** נלמד להקשיב ללב, להתחבר למהות הפנימית שלנו שהיא אהבה ולפעול משם כדרך חיים. ב 10 שיעורים נתחיל באהבה עצמית בכל תחומי החיים, נעבור לאהבה זוגית ונסיים באהבה להכל - כל מה שקיים וקורה בחיינו.





## **מה אלמד בקורס של לאור?**

בקורס תעניק לך לאור את הכלים שיחברו אותך חזרה אל עצמך, יאחו אצלך שברים, שיסייעו לך ללכת בעקבות רחשי הלב בכל הרבדים בחיים: באהבה עצמית, זוגית ואוניברסלית.

## **מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?**

פתיחות לב

אהבה חוצת גבולות

אותנטיות

אמת

ריפוי והחלמה

## **עם אילו כלים אצא מהקורס?**

כלים פרקטיים לחיבור מחודש ללב שלך ולצעדה איתו בחיי היומיום, בהגשמה ובאהבה.

הקשבה לאינטואיציה

חיבור לאומץ

הליכה עם האמת הפנימית שלך

הגשמת חלומות מתוך תשוקה וחיוניות





## "אדם שלם" בהנחיית שרון אדם

**שיעור ראשון:**  
**לאן נעלמה האהבה?**  
**הכלי:** מפגש פתיחה והיכרות דרך מעגל ההקשבה

**שיעור שני:**  
**פחד מאחריות**  
**הכלי:** החשיבה מהלב עפ"י עין הבדולח

**שיעור שלישי:** כשהוא ישתנה אז אני אשתנה.  
זה לא אני זו היא/הוא אשמה.  
**הכלי:** אבחון והעמקה עפ"י שיטת עין הבדולח.

**שיעור רביעי:**  
**מותר לריב**  
**הכלי:** מעגל הקשבה הכוונה: הקשבה מהלב ללא שיפוטיות ותגובתיות

**שיעור חמישי:**  
**"אני לא אני" מריצוי לנתינה מאוזנת**  
**הכלי:** מעגל הקשבה לדבר מהלב.  
ימימה אביטל חשיבה הכרתית. 3.קלפי כוחה של מילה



**שיעור שישי:**

**שיחת יחסינו לאן"**

הכלי: כתיבה אינטואיטיבית- לכתוב מהלב כתיבה יוצרת ובונה מציאות.  
הכתיבה היא כתיבה- שומרת, עוטפת ומגנה

**שיעור שביעי:**

**תופעת הפומו הפחד לפספס**

הכלי: peace 4 play לשחק מהלב  
תני"א-חוכמת החסידות

**שיעור שמיני:**

**מותר לשמוח מותר לרקוד.**

הכלי-מוסיקה מקצב התוף השאמני ותנועה בשיטת ריקוד החיים

**שיעור תשיעי:**

**סבל -הוא מה שמאחד את האנושות כולה**

הכלי -נשימה כחיבור לנשמה. מדיטציה מיינדפולנס לנשום מהלב

**שיעור עשירי:**

**סוף העולם הגיע?**

איך מתמודדים עם פרידה אובדן  
הכלי : קלפי מחוברים בלב



# שרון אדם:



**קורס אדם שלם** הינו תהליך חווייתי המשלב אומנויות, שיקרבו אותך לעצמך, לאהבה, לשלום ולאחדות, שיאפשרו לך לחיות בשמחה.

ללא אהבה עצמית אמיתית אין יכולת לאהוב אחר. ללא אחדות פנימית אין אחדות מול הסביבה שלנו.

הכול מתחיל בי. לא החוץ הוא זה שמשפיע על הפנים, אלא הפנים הוא שמשפיע על העולם החיצוני.

להיות "אדם שלם" ולא מושלם, באיזון בחיים. הלמידה תאפשר לך לאט לאט להפוך ולהיות כלי מכיל ומשפיע לטוב מתוך ערכים של אמון, התמדה, חמלה, סבלנות, הקשבה, אמת, כנות, ספונטאניות וכבוד הדדי.

**שרון אדם** מייסדת מיזם 'אדם שלם', מנטורית לאמנויות ההקשבה ומאמנת גוף-רוח-נפש.

שרון פועלת "לבנות אדם" טוב, נאור, תורם, מחובר, שמחויב לעולם טוב יותר. אדם היוצר חיבורים בין המוח והלב.

אדם המקשיב לעצמו, לאחר, במשפחה בזוגיות ובכל מערכות היחסים באופן מיטבי. כל זאת במטרה להעניק כלים לריפוי ובניית מערכות יחסים בריאות ותקשורת מקרבת נאורה.



## **מה אלמד בקורס של שרון?**

שרון תעסוק בקורס ב"בניית אדם" טוב, נאור, תורם ומחובר המחויב לעולם טוב יותר. אדם היוצר חיבורים בין בינה ללב, אדם המקשיב לעצמו, לאחר, לזוגיות ולמערכות היחסים בצורה מיטבית. במהלך הקורס תתרגל איתך שרון שבעה כלים לחיבור מוח ולב, בצורה חווייתית בשילוב כלים תודעתיים ובאמצעות דרך המעגל - אמנות הקשבה והדיבור מהלב, והגשמת המטרה העיקרית - ריפוי שלום אהבה ואחדות בכל מערכת היחסים שלך, בניית מערכות יחסים בריאות ותקשורת מקרבת נאורה.

## **מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?**

ניסיון רב שנים  
שיטות טיפול מנצחות  
חיבור לנפש ולרוח  
אמנות הקשבה מהלב  
כנות ואותנטיות

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

הקשבה לעצמך והיכולת לדבר מהלב ללא שיפוטיות ותגובתיות. הטמעת ערכים של התמדה, חמלה, אמון, אמונה, אמת לאמיתה, ענייניות וספונטניות ראיית היש וכבוד הדדי. הפיכתך בעצמך לכלי של הקשבה, סבלנות והכלה.



## קורס "אינטימיות בזוגיות" בהנחיית חן רפסון הראל

**שיעור ראשון:**

**חשיבות האינטימיות במערכת יחסים**

מודל האהבה המפורסם בעולם והבנת הדינמיקה הזוגית.

**שיעור שני:**

**הבדלים בין אינטימיות רגשית לאינטימיות מינית**

איך מייצרים אותן- למה גברים זקוקים, למה נשים זקוקות?

**שיעור שלישי:**

**על פערים בחשק המיני**

כיצד בנויה הארוטיקה של האישה לעומת הארוטיקה של הגבר?

**שיעור רביעי:**

**מיניות מקודשת וטנטרה כשער להתפתחות זוגית**

**שיעור חמישי:**

**תקשורת אינטימית ומעצימה בזוגיות**

**שיעור שישי:**

טכניקות שליטה בתקשורת זוגית ואיך למוסס אותן



**שיעור שביעי:**  
**התאמה אנרגטית והבנת דפוסים והתנהגויות מזווית אחרת.**

**שיעור שמיני:**  
**מה עושים כשכועסים?**  
איך לשחרר כעס ולעבור מכעס לחמלה.

**שיעור תשיעי:**  
על הטבעה ארוטית וסוגים של מערכות יחסים

**שיעור עשירי:**  
מפת הדרכים לזוגיות אוהבת ותומכת.



## עלהקורס "אינטימיות בזוגיות"

בקורס נלמד על הנושאים המרתקים וגם על מה שביניהם:

- מה החשיבות של אינטימיות רגשית במערכות יחסים ואיך אפשר לייצר אותה גם אם לא נמצאת שם כבר שנים רבות.
- ההבדלים בין אינטימיות רגשית לבין אינטימיות מינית. מה קורה לחשק המיני של האישה במערכות יחסים ארוכות טווח? למה גברים זקוקים במערכת יחסים רומנטית? כיצד בנויה הארוטיקה של האישה?
- מהם המפתחות להצלחה של קשר זוגי לאורך זמן.
- הרחבת אוצר המילים הרגשי כפותחת גשר המאשר שיח עמוק ומשמעות- תקשורת מעצימה ולא שיפוטית. שלבים בהתפתחות זוגיות מהו מודל האהבה המפורסם בעולם ואיך ניתן להבין דרכו את הדינמיקה הזוגית? מה אפשר להתחיל ולעשות כבר ממחר בבוקר? כולל טיפים פרקטיים!
- ומה אומר על כל זה המדע העדכני.



# חן רפסון הראל



## חן רפסון הראל

מנטורית מובילה, מרצה ומנחה סדנאות בישראל ובעולם בתחומי מערכות יחסים, רוחניות, ריפוי והעצמה, התפתחות אישית, מיניות ומודעות. יזמית דיגיטלית, בעלת תוכנית הליווי המצליחה "מייצרים מציאות חדשה". משלבת את הרקע והידע האקדמי בפסיכולוגיה עם עולמות המחקר והמדע, הרוח, הזן והשמאניזם.

מורה בכירה לטרילותרפיה, מכשירת מטפלי טרילותרפיה, מטפלת ותיקה בטרילותרפיה. בעלת ניסיון בליווי, הנחייה, ייעוץ והדרכה של למעלה מ-15 שנה בקליניקה פרטית ובמוסדות שיקומיים. כמו כן, בעלת ניסיון של למעלה מעשור בתחום משאבי האנוש בארגונים בתפקידי הנהלה, ועובדת כיום מול מנכ"לים בכירים בתחומים שונים. ליוותה במהלך עבודתה מאות אנשים בדרך לחיים מלאי סיפוק, חופש, שמחה והגשמה.

## "בשביל ההורות: טיפוח ביטחון עצמי ומימוש פוטנציאל אצל ילדים" בהנחיית ליאת רוקח זמרוני

### שיעור ראשון:

#### מה הקשר בין ביטחון עצמי אושר ודימוי עצמי גבוה?

- איך מתבסס ביטחון עצמי ולמה הוא כל כך חשוב כבר מגיל צעיר?
  - איך יוצרים דימוי עצמי גבוה אצל ילדים?
- מה הם התנאים הסביבתיים להתפתחות ביטחון עצמי, שכל הורה יכול ליצור בקלות?

### שיעור שני:

#### איך ליצור סביבה המאפשרת לילד לפתח דימוי עצמי גבוה?

- איך להפוך את הסביבה החברתית ל"סביבת פיתוח" של ביטחון עצמי?
- איך להפוך את חיי היומיום בבית למעצימים בלי לעשות שינויים דרסטיים?
- אילו כלים ומיומנויות הילד רוכש בבית ואיך כדאי לנו לנהוג כדי לחזק את הדימוי העצמי שלו?

### שיעור שלישי:

#### איך לגרום לילד לחוות חוויות מעצימות שיתנו לו ביטחון בעצמו וביכולות שלו?

- אילו חוויות מעצימות ומפתחות ביטחון ודימוי עצמי גבוה אצל ילדים?
  - איך לגרום לילדים שלך להרגיש מאושרים?
- באיזו שפה כדאי לדבר אל הילדים כדי להעצים אותם?



## **שיעור רביעי: השפה הלא מדוברת שמעלה את הביטחון העצמי של הילדים**

- השפה הלא מדוברת שמעלה את הביטחון העצמי של הילדים
- הסוד הטמון בתקשורת מעצימה
- על מה כדאי לשים את הפוקוס כדי שהילד שלך יחווה את עצמו משמעותי ובעל ערך?

## **שיעור חמישי: פסיכולוגיה חיובית, מדעי האושר ומימוש פוטנציאל**

- מה זה מימוש פוטנציאל?
- פסיכולוגיה חיובית ורגשות חיוביים ככלי למימוש פוטנציאל
- עקרון הבחירה ועקרונות החשיבה החיובית בדרך למימוש פוטנציאל

## **שיעור שישי: איך לזהות את האינטליגנציות והחוזקות של הילדים ולחזק אותן?**

- תיאוריית האינטליגנציות המרובות של גרדנר
- מודל החוזקות של זליגמן ופיטרסון
- איך לזהות אינטליגנציות וחוזקות ולפתח אותן?

## **שיעור שביעי: מיומנות ההקשבה ומימוש פוטנציאל**

- מהי הקשבה ואיך היא משפיעה על מימוש הפוטנציאל
- איך מפתחים הקשבה נכונה – מודל האוזניות
- האתגרים בדרך להקשבה נכונה ואיך מתגברים עליהם

### **שיעור שמיני: התמקדות בחיובי ומימוש הפוטנציאל**

- חוק המראות - מה המוח שלנו בוחר לראות
- איך התמקדות בחיובי משפיעה על מימוש הפוטנציאל
- איך מתרגלים התמקדות החיובי למרות האתגרים שבדרך

### **שיעור תשיעי: האתגרים שבדרך למימוש הפוטנציאל**

- הצבת גבולות ככלי למימוש הפוטנציאל
- התמודדות עם תסכול, כישלון והימנעות בדרך למימוש הפוטנציאל
- הנכונות "לשלם את המחיר" ככלי חיוני למימוש הפוטנציאל

### **שיעור עשירי: תקשורת מקדמת מימוש וביטחון עצמי בגיל ההתבגרות**

- מהו גיל ההתבגרות ומה המאפיינים שלו
- איך שומרים על תקשורת חיובית עם מתבגרים?
- איך מחזקים את הביטחון ואת המימוש העצמי אצל מתבגרים?

# ליאת רוקח זמרוני



## על הקורס

כולנו רוצים לגדל ילדים מלאי ביטחון, ילדים שגדלים להיות מבוגרים שמממשים את הפוטנציאל שלהם, מתוך מודעות עצמית והכרה בערך עצמם.

הדבר הראשון שעלינו להבין בנושא, הוא את גודל ההשפעה שיש לנו, כהורים, על הביטחון ויכולת ההגשמה העצמית של ילדינו.

ואז ללמוד איך. איך מנתבים את היכולת שלנו להשפיע לסגנון הורות מעצים?

איך הופכים את התקשורת בינינו לבין הילדים (ואפילו המתבגרים) לתקשורת חיובית?

איך מאפשרים לילד להכיר את עצמו, לנסות, לטעות ולנסות שוב, בדרך להצלחה?

וכל זאת מתוך התבוננות, תרגול, חשיבה חיובית ופתיחות לשינוי.

**ליאת רוקח זמרוני:** כילדה, אני זוכרת את עצמי מתבוננת ומאזינה לדברים שהמבוגרים סביבי לא תמיד רצו לשמוע. כבר אז הבנתי שהדרך היחידה לגרום לילד לשתף פעולה היא הקשבה לו ולצרכים שלו. הרגשתי שהפוטנציאל שלי, זה שהמורים וההורים טענו שאינני מממשת, נמצא בכלל במקום אחר. עם השנים, למדתי בבית הספר להורות בסמינר הקיבוצים, הוכשרתי להנחיית קבוצות, התנסיתי בטיפול בשיטת 'מעגלי הלב' ולמדתי NLP ופסיכולוגיה חיובית. בד בבד הנחיתי סדנאות, פיתחתי תוכן במרכז 'מהות החיים' של שרי אריסון וליוויתי אין-ספור הורים, ילדים ומשפחות. אני בוגרת תואר ראשון בחינוך וכעת אני משלימה תואר שני בייעוץ משפחתי. את הדרך הפתלתלה שעברתי, כדי להפוך את הלהבה הזעירה של הרצון למדורה של מימוש, ואת מה שלמדתי, ניסיתי ויישמתי בכל צעד ושעל, ואני מעבירה הלאה בהנחיית הורים ובהכשרה מקצועית של מדריכי הורים במרכז "בשביל ההורות".



## **מה אלמד בקורס של ליאת?**

בקורס תלמד אותך ליאת כיצד לגדל ילדים מאושרים, מהי הדרך הנכונה ביותר לחוות הורות מאושרת ומהם כישורי החיים שיש לרכוש בדרך להגשמה עצמית ומימוש הפוטנציאל הגלום בילדים, לצד הרצונות והשאיפות.

## **מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?**

חוויה אישית

חוכמת חיים

תרגול במסע ההורות

שיטה המבוססת על פסיכולוגיה חיובית, כלים מעולם ה-NLP ומודעות מתמדת

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

הקורס משנה חיים ומעניק כלי הנחייה ייחודיים שפותחים אפשרויות עשייה חדשות לצד התלהבות ותחושת ייעוד.



## "מחזון לממון" קורס מנהיגות ויזמות מעשית בהנחיית אופיר עקיבא

### שיעור ראשון - כן, מגיע לי יותר.

מהצלה להצלחה - הצגת מודל "הכי טוב בדרך..." , פיתוח הערכה עצמית, להתנהל כאריה ולא כארנבת, מיפוי החוזקות באופן אישי, מקצועי ואירגוני. קבלת אחריות על החיים וכיצד להנהיג את עצמי ואת סביבתי לדרך הטובה ביותר. פחדים ככוח מונע/מניע. נלמד איך לשלוט בפחד ולתעל אותו לטובת קידום מטרות אישיות ועסקיות.

### שיעור שני - מה?

ערכים כמנוע לצמיחה ולהצלחה. חיבור להוויה ותחילת בניית מסגרת לפרויקט. 10 הדברות אשר התקבלו ממשה בהר סיני הן רשימת הקוד המוסרי הקדום והיעיל ביותר, המשמש השראה לכל האנשים בכל העולם מזה מאות דורות. סודות העוצמה האדירה שלהן ואיך התנהלות לאורם יכולה להביא שפע בכל תחום. (בריאות, אושר, שמחה, הצלחה, כסף).

### שיעור שלישי - למה?

לפי ניטשה: "אדם שיש לו עבור מה - יוכל לסבול כל איך." מה הייעוד של חיי ולמה כה חשוב שיהיה לי חלומות ושאיפות. כיצד לתרגם הוויה לחוויה ואיך אוכל להיעזר בערך העליון שלי כדי לתת ולקבל הרבה יותר אושר בחיי. מיקוד למשמעות האמיתית והגבוהה בחיי.

### שיעור רביעי - איך?

סיכום ביניים של הדרך האישית, העסקית והקבוצתית. בניית אסטרטגיה וצעדי פעולה לפרויקט האישי/קבוצתי. מעקב אחר ההתקדמות לפי התרגול בשיעור בחיים האמיתיים. בחירה או בריחה - מיקוד לתוצאות מעשיות מיידיות. בונוס: אהבה בטבע ובמקורות - מפגש חוויתי הנותן כלים לזוגיות על ידי תקשורת בונה, חשיבה חיובית ועשייה אמיתית.

## **שיעור חמישי- הצבת מטרות שלך**

איך מציבים מטרות באופן יעיל, כיצד מנהלים את הזמן להשגתן, מהי העלות והתועלת מכל מטרה שאני שואף אליה, עבודה בקבוצות יסייעו לקבוע ולהתחבר ליעדים שהוצבו על מנת להניע לפעולה ממקום ערכי ורגשי המוביל לפרקטיקה. מהנאה להנעה כולל דוגמאות מסיפורי הצלחה עסקית ואישית מעוררי השראה.

## **שיעור שישי- לאהוב ולהתמיד.**

שני הגורמים המרכזיים המאפיינים את כל המצליחנים. נבנה באופן אישי את הצעדים הראשונים בדרך למטרה. מפגש של שיתוף מרגש אשר לא רק מניע לפעולה אלא גם מראה לנו כיצד נצליח להשיג את היעדים. networking + mastermind ככלים מקדמים בדרך.

## **שיעור שביעי- ניהול משברים.**

ברוכים הבאים לחיים, בכל דבר שנעשה ניתקל בסוג של משבר. איך אפשר להתגבר על הכול? חוקי הישרדות מדברית ככלים מעשיים מהשטח ל"ג'ונגל העירוני". פסיכולוגיה של הצלחה, עימותים וניהול נכון יכולים להוביל לצמיחה. חושך = היעדר אור, מהי הדרך להדליק מחדש את הניצוץ ללהבה וכיצד ניתן לצמוח.

## **שיעור שמיני - בנייה מעשית**

בניית חזון אישי ודרך פעולה כולל צעדים ראשונים להגשמת מטרות טווח קצר וארוך. תרומה לקהילה - קבלת החלטה על פרויקט נתינה לסביבה הקרובה והערכות לביצוע למפגש הבא.

## **שיעור תשיעי - עשייה ערכית. תרומה לקהילה.**

שיפוץ/צביעת מבני קשישים, התנדבות בארגון פרויקט חונכות ועוד רעיונות כפי שיועלו ע"י משתתפי הקורס.

## **שיעור עשירי - ממשיכים בדרך.**

פרזנטציות וסקירת התוצאות והתוצרים שלנו, סיכום הדרך עד כה ומבט אישי קדימה אל ההמשך. יצירת מסגרת תומכת לחברי הקורס המסייעת להם בהמשך. טיפים וכלים נוספים לשימור ההצלחה ולטיפוחה.

## **קבלת תעודת "אחריות על חייך".**

# אופיר עקיבא



**אופיר עקיבא - מורה דרך, מנכל דיונה המרכז למנהיגות טבעית**

**קורס מחזון לממון: מנהיגות ויזמות מעשית:**  
קורס תכלס להשגת הא.ח.ד שלך - איש/ה. חזון. דרך.

למידה חווייתית בה המשתתפים יעברו תהליך של הגדרת חוזקות ואמצעים לרשותם, מיקוד ליעוד והפיכתו לתכנית פעולה של יעדים ומשימות

כל משתתפת ירים פרויקט אישי/קבוצתי בתמיכת מאסטר מיינד של חברי הקורס בליווי מקצועי ותכנים מתקדמים לניהול 8 מרכיבי העסק מכירות, שיווק, מיינדסט, פיתוח ועוד הזמנה ללמוד וליישם את האמ-אמא של הפרקטיקה כדי ליצור יחד את השלב הבא בחיך.

קצין חילוץ (סא"ל מיל), מדריך הישרדות, אקדמאי, מורה דרך, מאמן אישי מוסמך, שדרן רדיו, מחבר השיטה והספר "הכי טוב בדרך".

אופיר והצוות נותנים כלים מעשיים להגשמה לעשרות אלפי איש מהארץ והעולם. מנהלות השיווק וההפקה וצוות המדריכים הנפלא שלנו מחוברים לאותו חזון.



## **מה ילמד אותך אופיר?**

1. חיבור לחוזקות טבעיות שלך, מקורות כח למנהיגות אישית ועסקית.
2. הגדרת חזון ותרגומו למטרות ברורות.
3. ליווי בפרויקט מעשי שלך דרך אתגרים להגשמה באהבה והתמדה.
4. דירקטוריון אישי, קבוצת כח מאסטר מיינד.
5. יעוץ אישי של אופיר מורה הדרך של בכירים בארץ ובעולם.

## **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

ניסיון מעשי, ערכי מנהיגות של רוח חיוביות ופרו-אקטיביות, הגשמת מטרות אישיות, מקצועיות וחברתיות.

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

חיבור לטבע ולמקורות הכוח, ליכולות המנהיגות הטבעית שבך ולאמצעים העומדים לרשותך, מיקוד לחזון, חוזקות ומטרות ברורות והובלה לצעדים מעשיים להגשמה ויצירת השלב הבא בחיך.

# הפקולטה לתודעה





## **"1 Level Versity-Yoga - להכניס את היוגה לחיים"** **לימודי יוגה טנטרה** **בהנחיית נעמה הנגבי**

### **שיעור ראשון - היכרות עם יוגה טנטרה**

מהי יוגה, מהי טנטרה, ומהי היוגה כדרך טנטרית. ארבעת ענפי היוגה המובילים ומה היא דרך היוגה האפקטיבית ביותר עבורנו.

### **שיעור שני- הצ'אקרות וערוצי האנרגיה**

הסבר על הצ'אקרות, המערכת האנרגטית והעקרונות של היוגה. מה הן אסאנות ואיך הן פועלות.

**שיעור שלישי - טיהור הגוף** - תופעות טיהור וטכניקות טיהור גוף פשוטות טכניקות טיהור יוגיות פשוטות ככלי לטיהור הגוף והתודעה ותופעות טיהור בתרגול היוגה.

### **שיעור רביעי - על ריכוז מנטלי ומדיטציה**

מה זו באמת מדיטציה ואיך להכניס אותה לחייך, ליהנות מהפירות שלה ולשפר את יכולת הריכוז המנטלי.

### **שיעור חמישי- חמשת הגופים של האדם**

רפואה הוליסטית יוגית - חמשת הגופים של האדם, ואיך לתחזק את חמשת הגופים שלך.



## **שיעור שישי- סודות הקארמה**

מהי בדיוק הקארמה, איך היא משפיעה עליך ומה לעשות (או לא לעשות) כדי לרתום אותה לצרכים שלך.

## **שיעור שביעי- שמונת השלבים של היוגה על פי פטנג'אלי**

סיסטמה ומפת דרכים ברורה ובטוחה שניתנה על ידי פטנג'אלי, להתפתחות בדרך היוגה. והמרכיבים החשובים לתרגול איכותי והרמוני.

## **שיעור שמיני - מהי פראנה ואיך לתרגל פראניאמה**

היכרות עם אנרגית החיים ואיך לרתום אותה לתמיכה טובה יותר בגוף ובבריאות שלנו. ואיך לתרגל פראניאמה, טכניקת נשימה יוגית.

## **שיעור תשיעי - תזונה יוגית**

מידע על תזונה יוגית מטיבה ומבוא לאיורוודה. איך האיורוודה משתלבת ומשפיעה על היוגה טנטרה וכיצד להשתמש בתזונה כדי ליצור איזון בין רוח לחומר.

## **שיעור עשירי- יוגה מחוץ למזרן**

עשר עצות לחיים טובים - יאמות וניאמות המוסר והאתיקה של היוגה, ההשפעה שלהם על חיי היוגה ואיך לתרגל יוגה מחוץ למזרן ובתוך החיים.



# נעמה הנגבי



## מה תקבלו בקורס Yoga-Versity Level 1?

תחשפו לידע עמוק ואיכותי מעולם היוגה טנטרה, כזה שהוכח שוב ושוב כתומך בהעלאת איכות החיים.

תתרגלו יוגה טנטרה באופן מעמיק - כזה שיעזור לאזן לכם את הצ'אקרות, תוך הכנסת מסגרת תומכת של תרגול מודעות, יוגה ומדיטציה לחיך, כך שתוכלו להמשיך את התרגול גם בבית לאחר סיום התוכנית ולייצר שגרת הטענה אנרגטית בקלות.

תקבלו כלים להעשיר ולשפר את ההתנהלות השוטפת בחיי היום יום שלכם, כך שתוכלו להתמודד עם הדרמות של התקופה בצורה שלווה ורגועה יותר, תדעו עוד קצת על איך לשמור על הבריאות שלך ותבינו איך לחיות עם פחות קונפליקטים וקשיים בחיים.

**נעמה הנגבי**, בין המורות המובילות בארץ ליוגה טנטרה, פותחת לכם שער לתרגול עוצמתי המפעיל ומסיר חסמים מערוצי האנרגיה (הצ'אקרות).

תרגול שיגרום לכם לחזור לחיבור עמוק עם הרצונות שייחלתם לעצמכם בחיים שאולי כבר שכחתם.

המסע שלה בעולם היוגה החל בשנת 2001 עם שחרורה מהצבא. את הטיול שאחרי היא הקדישה ללימוד יוגה במקומות שונים בעולם, טיול שהפך לאורח חיים. משנת 2005 (ובארץ משנת 2010) נעמה מלמדת מגוון תוכניות וקורסים מעולם הטנטרה, היוגה טנטרה וכן מכשירה מורים בשיטה זו. כך עזרה לאלפי אנשים לשנות את חייהם. בלי יומרות ובלי קלישאות, אלא ביצירת עוגן שבו אנשים נאחזים כשהמערבולות הרגשיות מאיימות להטביע אותם.



## **מה אלמד בקורס של נעמה?**

בעשרת שיעורי הקורס תחווה עם נעמה 10 מפגשים של תרגול, התפתחות וטרנספורמציה שיעזרו לך לשמור על חיבור עצמי בריא, לחזק את מערכות הגוף והנפש שלך, להתפתח רוחנית ולהבין את עולם האנרגיה, לצד יצירת מרחב תומך לשמירת הבריאות הפיזית, הנפשית והאנרגטית.

## **מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?**

18 שנות ניסיון בתרגול יוגה טנטרה והוראה מסגרת תומכת ייחודיות

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

ידע עמוק ואיכותי מעולם היוגה טנטרה שהוכח בתומך בהעלאת איכות החיים  
תרגול מעמיק שיעזור לך לאזן את הצ'אקרות ומסגרת תומכת של תרגול מודעות, יוגה ומדיטציה לחיים  
כלים להעשרה ושיפור התנהלותך השוטפת במציאות הדינמית של ימינו  
כלים פרקטיים בהיטהרות עמוקה לבריאות מיטבית, שמחה ואיזון  
חיזוק הבטחון העצמי ותמיכה בגופך  
הבנה בתחומי החיים







## "הרמז לחוכמת הקבלה" בהנחיית אליהו ויצמן

**שיעור ראשון:**  
**מבוא לרמז ולחוכמת הקבלה**

**שיעור שני: שער הבריאות והאנרגיה**  
עקרונות חיים להבראה טבעית ממחלות, למניעת מחלות ולשיפור האנרגיה והחיוניות שלנו.

**שיעור שלישי: שער האומץ**  
עקרונות חיים לחיזוק שריר האומץ, להתגברות על פחדים וחששות, לבניית חוסן שיאפשר לנו לשגשג ולפרוץ דרך בכל מציאות חיצונית.

**שיעור רביעי: שער הלב**  
עקרונות חיים לשחרור משקעים רגשיים שהלב שלנו סוחב, לאיזון בין מוח ללב מה שיאפשר לנו להתאהב בחיים בכל רגע מחדש ולקבל החלטות בצורה הרמונית יותר.

**שיעור חמישי: שער השפע**  
כל אחד מאיתנו הוא בריאה מלאה בשפע ובעומק אינסופי. עם כל הכאוס שהעולם עובר, העולם צריך מנהיגים ואנשי השפעה בתדר חדש. בשיעור זה נלמד למשוך שפע, כסף ולהתחבר לתדר של שמחה שאינה תלויה בדבר.

**שיעור שישי: שער הזוגיות והתשוקה**  
אומרים שאהבה היא "טעם החיים". עם זאת, בחיבור הזוגי האינטימי מתגלים כל הדפוסים וההרגלים השליליים האוטומטיים שלנו. בשיעור זה נלמד כיצד לאזן בין האנרגיה הזכרית והנקבית שלנו, מה שיאפשר לנו ליצור ולשמר זוגיות בריאה, מלאת תשוקה ושלום בתוך ביתנו.

## **שיעור שביעי: שער הייעוד וההשקטה**

העולם שלנו עמוס בגירויים, הקשב שלנו פוחת, מה שמונע מאיתנו להעמיק. זכרונות העבר, בשילוב עם האשליות שיש לנו על העתיד מונעים מאיתנו להתחדש וכך אנחנו תקועים בתוך המאטריקס. בשיעור זה נקבל עקרונות חיים ליצירת רוגע, שלווה, התחדשות ואף ריפוי ספונטני על ידי תהליכי מיינדפולנס עוצמתיים.

## **שיעור שמיני: שער תיקון העולם**

כאשר אנשים נמצאים על סף מוות, רובם מביעים חרטה או הודיה על טיב מערכות היחסים בחייהם ועל כל מה שהספיקו או לא הספיקו לעשות או להיות. בשיעור זה נלמד איך לטפח את הזרעים שיהפכו להיות הפירות עבורנו ועבור הדורות הבאים ולהשאיר חותם בעולם.

## **שיעור תשיעי: לכל דבר יש זמן ועת תחת השמש-**

האם אנחנו מצליחים לנהל את הזמן שלנו, או שהוא בורח לנו בין האצבעות? בשיעור זה נקבל עקרונות קוונטיים לניהול אנרגיה וזמן בעת הזו, מה שישחרר את הלחץ ויצור תחושת חופש בחיינו.

## **שיעור עשירי: לאן צומחים מכאן?**

סיכום הקורס וכלים להמשך



# אליהו ויצמן



**בקורס זה נגלה** בדרך מרתקת וייחודית איך הסודות והרמזים המוצפנים בשפה העברית הופכים לכלי אימוני רב עוצמה לשיפור מציאות חיינו. השפה העברית היא טכנולוגיה בת אלפי שנים, המכילה בתוכה את הקודים ליצירת חיים יוצאים מגדר הרגיל, הלכה למעשה. בעברית המילה אות משמעה גם סימן. "סימני הדרך" שנגלה בקורס יאפשרו לנו לגלות את התשובות לשאלות הבוטות ביותר בחיינו, להרחיב את התודעה, ליצור פריצות דרך קוונטיות ולקבל כלים מעשיים בתחומי החיים: בריאות, זוגיות, כסף, ייעוד ותכלית החיים. שיטת הלימוד של אליהו היא ייחודית, אותנטית, עמוקה, בגובה העיניים ומשלבת תרגולים מדיטטיביים ומתובלת בהומור ובכיף.

**אליהו ויצמן**, מחבר ספר הרמז - האקדמיה - הבית לבריאות מעשית ולימודי תודעה גבוהה. מאמן לרוחניות מעשית ועוסק בהרחבת התודעה של אנשים ובהפיכת מחשבות התת מודע למודע עם מעל 15 שנות ניסיון



## **מה אלמד בקורס של אליהו?**

השפה העברית היא "טכנולוגיה" בת אלפי שנים המכילה בתוכה את הקודים ליצירת חיים יוצאים מגדר הרגיל. בקורס, תגלה/י בדרך מרתקת וייחודית איך הסודות והרמזים המוצפנים בשפה העברית – הופכים לכלי רב עוצמה ליצירת שינוי, התחדשות והבראה.

## **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

ניסיון של +20 שנים באומנות השינוי המתמשך מחויבות לדרך מרחב נקי משיפוטיות אהבה ותשוקה לסייע לך ליצור שינוי, להתחדש ולהבריא בכוח התודעה

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

שיפור מדיד בתחום המרכזי בו תרצה/י לעשות שינוי בהירות לגבי מהות החיים והבראה טבעית תחושת הודיה ופליאה עצומים הבנה עמוקה של מבנה הנפש



## "הפסיכולוגיה של מזל, שפע ותודעה" בהנחיית מיקי ברקל

### **שיעור ראשון: מזל - לא מה שחשבתם**

שינוי התפיסה על מה זה כן ומה זה לא מזל, ומה מראה המחקר על הנושא, מה רמת המזל שלנו בחיים? ומה ניתן לעשות בנדון?

### **שיעור שני: הפסיכולוגיה של מזל, שפע ותודעה**

כיצד הדברים מתקשרים, איך הכול משפיע על הכול, מה בשליטתנו ומה לא בשליטתנו - ואיך לכוון את תשומת הלב שלנו למה שכן, 3 שאלות \$10,000 להשיג כל מטרה בחיים.

### **שיעור שלישי: 4 על 12**

ארבעת עקרונות המזל, ו 12 המיומנויות של אנשים ברי מזל שפיתוחם (במהלך הקורס) יעלו לנו את פרופיל המזל שלנו ויעזרו לנו ליצור את השפע שמגיע לנו.

### **שיעור רביעי: תקשורת מייצרת תוצאות**

איך התקשורת שלנו משפיעה על התודעה שלנו, ואיך התודעה שלנו משפיעה על התקשורת שלנו. למה אנו פועלים ברבע כוח בתקשורת שלנו ומה ניתן לעשות בנדון.

להכיר את המלכודות התקשורתיות שהורסות לנו את החיים, מבלי שנשים לב.. ונלמד איך להשתמש בשפה בצורה אפקטיבית ומעצימה.

### **שיעור חמישי: החיבור למרכז**

איך נתחבר למרכז שלנו, נמצא את השקט (הפנימי) בעין הסערה, נכיר ארבעת המורים, ונלמד להתחבר לאינטואיציה שלנו. ניצור יציבות ממורכזת וגמישה.

## **שיעור שישי: ארבעת מרכזי ההחלטה**

תבונה, רגש, אינטואיציה, תשוקה נלמד לזהות ולהתחבר להתחבר לכל אחד מהמרכזים, כדי לגלות מה חזק יותר ומה כדאי לפתח - ותוך כדי נפתח את אינטואיציה פנימית מדויקת.

## **שיעור שביעי: מסובבים או מסובבים בחיים?**

הנקודה הקטנה שמשנה הכול, איך לשנות את נקודת ההתייחסות שלנו לחיים ובחיים, לפתח את היכולת לראות את החצי המלא של הכוס ולייצר ציפיות עצמיות מעצימות

## **שיעור שמיני: לצאת מפירמידת האשמה**

איך האשמה מונעת תנועה בחיינו, איך לזהות אותה וליצור תנועה מתוך אחריותיות ואחריות - וזאת כדי למנוע מזל רע נוסף ולייצר מזל טוב בחיים

## **שיעור תשיעי: מה הסיפור שלך?**

סיפור ההשראה הפנימי שמאפשר לנו להדליק את האור לעצמנו ולאחרים, כי כשמאירים לאחרים את הדרך, המזל והשפע מופיעים ביתר קלות.

## **שיעור עשירי: הסוד מאחורי הסוד**

מה לא סיפרו לנו בסרט הסוד, ואיך לרתום את תת-המודע שלנו ליצור לעצמנו את המציאות שמגיעה לנו, השפע והמזל.

# מיקי ברקל



## מיקי ברקל

מאסטר טריינר NLP, טריינר IEMT, מורה לפסיכו-מטפוריקה ומפתח שיטת האייקידו התקשורתית - דרך התקשורת ההרמונית להתמודדות עם קונפליקטים ואתגרים בין אישיים.

מייסד רשת המכללות "NLP לשם שינוי" - הצלחה במחשבה תחילה" ובעל הפודקאסט: "מפגשי בוקר למיקוד, השראה וחיבור אנושי עם מיקי ברקל"

## הפסיכולוגיה של מזל, שפע ותודעה

מחקרים של העשורים האחרונים שבוצעו על אלפי אנשים ברי מזל וחסרי מזל - הראו שמזל זה לא עניין של מזל, אלא עניין של תודעה.

אנשים ברי מזל פועלים מתוך 4 עקרונות ו 12 מיומנויות שמאפשרות ליותר מזל להאיר על חייהם.

בקורס הפסיכולוגיה של מזל, שפע ותודעה - נלמד עם מיקי ברקל מה הם אותם 4 עקרונות, איך מביאים אותם לידי ביטוי בחיים ונפתח את 12 המיומנויות השונות של המזל שיאפשרו לנו לייצר את השפע שמגיע לנו בחיים, בעזרת התודעה שלנו.

הקורס מבוסס על טכניקות מעולם ה NLP, אייקידו תקשורתית, IEMT ופסיכו-מטפוריקה - ויהיה קורס חוויתי-התנסותי, עם תוצאות מדידות לאורך הקורס.



### **מה אלמד בקורס של מיקי?**

בקורס יעביר אותך מיקי תהליך אישי של התפתחות, תוך כדי למידת כלים ומיומנויות להשפעה על המזל האישי כדי לייצר שפע בחיים, ודרך כלים של NLP להשפעה על התודעה האישית ויצירת מיינדסט של מזל ושפע. במהלך ההכשרה תפתחי/ את 12 המיומנויות של אנשים ברי-מזל.

### **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

שנים רבות של תהליכי התפתחות אישית  
עבודה עם אלפי אנשים על התפתחותם האישית  
תובנות עומק  
פילוסופיית חיים מעניינת

### **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

4 העקרונות הפסיכולוגיים ליצירת מזל טוב בחיים  
12 המיומנויות של אנשים בעלי מזל  
מיומנויות תקשורת מייצרות תוצאות  
יכולת חיבור למרכז וניהול רגשי  
שחרור מאשמה וחיבור להשראה שאת/ה  
כלים לרתימת תת-המודע ליצירת השפע והמזל בחיים

## "הכל אפשרי - כלים ואסטרטגיות לשינוי הרגלים" בהנחיית לוטם גפן

### שיעור ראשון:

פתיחה - למה כל כך קשה לנו להשתנות?

- ארבעת הצעדים: ה'למה' שלי, יצירת שינוי, הטמעת שינוי והפיכת השינוי לטבע שני

### שיעור שני:

הגיע הזמן ליצור בהירות:

- איפה אני באמת? לאן אני רוצה להגיע? איך לצמצם את הפער בין הרצוי למצוי?

### שיעור שלישי:

מפת הדרכים ליצירת שינוי מתמשך

- הגדרת חזון ותוכנית פעולה מפורטת ויציאה לדרך עם Baby steps

### שיעור רביעי:

- שוברים את התבניות האוטומטיות שתוקעות לנו את החיים

### שיעור חמישי:

מתכנתים את המוח מחדש

- יצירת רישומים מנטליים מקדמים ע"י מודל הקרחון

### שיעור שישי:

כוחן של מילים וכוונות בעיצוב מציאות חיינו:

- כלים מתקדמים ל'בריאת מציאות'



## **שיעור שביעי:**

### להגיד בבוקר חסדר ואמונתך בלילות

- בשיעור זה נלמד להטמיע הודיה יומית בבוקר ולפני השינה בכמה דרכים ונלמד תרגול ייחודי שיסייע לנו לחזק את האמונה

## **שיעור שמיני:**

### הרשימה

- כשעוצרים (לדמיין ולתכנן) מתקדמים מהר יותר ברמת הbeing ועד לרמת הdoing שמגיעה ליומן

## **שיעור תשיעי:**

### סביבה מעצימה

- ג'ים רוהן אומר שאנחנו הופכים לממוצע של 5 האנשים הקרובים לחיינו... חוכמת הקבלה מסכימה איתו. בשיעור זה נחזק את החממה להתפתחות וצמיחה של קבוצת הלמידה כמעגל תמיכה בתהליך השינוי האישי.

## **שיעור עשירי:**

### **בנוס מיוחד**

- אנרגיה זה הכול! עקרונות חיים ליצירת אנרגיה וחיוניות גבוהה שתאפשר לחולל כל שינוי כדי לחיות את גרסת העל שלנו!

**ציאה לדרך של שינוי היא בחירה עמוקה בחיים. בחירה בהתפתחות, בחירה בעצמנו**





## לוטם גפן



מרצה, מלווה אישית וקבוצתית בגישת הבריאות הטבעית. מתמחה בהקניית סביבה תומכת תוך התקדמות אישית בתוך קבוצה להטמעת הרגלים בפאן הפיזי, רגשי ותודעתי ליצירת איזון גוף נפש. מנחה תוכנית מעשית ומוכחת המשלבת תזונה טבעית וכלים אימוניים



## "THE SIVER ACADEMY FOR LIFE" בהנחיית יעל שרטוב ורות פלמון

### שיעור ראשון:

קבלת החלטות - מה אבחר לעשות בקריירה הבאה שלי? היכן אני רוצה לבלות את החופשה? איזו משחת שיניים לבחור? מה לאכול? החלטות קטנות והחלטות גדולות. החלטות טריוויאליות והחלטות כבדות. החיים שלנו רצופים בקבלת החלטות.

### שיעור שני:

מיקוד פנימי - המהפכה הקופרניקאית (השמש)  
הרעיון שכדור הארץ אינו נמצא במרכז היקום, למה שהפך בסופו של דבר לזיהוי כדור הארץ כגרם שמיים חסר חשיבות בשוליה של גלקסיה קטנה בין המוני גלקסיות אחרות.  
המהפכה הקופרניקאית היוותה מהפך בתפיסה של האסטרונומית של היקום - ומתוכה: מי אני בעולם או ביקום ומה סובב אותי? מה היחסים שלי עם כל שסביבי? מה יקרה למי שסביבי אם אדאג לעצמי וכולם יאלצו "להסתדר"?

### שיעור שלישי:

הורות וסבתאות בעידן הדיגיטל  
בעולם הטכנולוגי החדש, המקום שלנו כהורים וכסבים השתנה. האינטרנט, המדיות דיגיטליות והרשתות החברתיות הפכו להיות חלק אינטגרלי מהעולם שלנו, ומהעולם של הילדים והנכדים שלנו.  
ועדיין, תפקידנו כהורים וכסבים לא השתנה: לדאוג, לשמור, להוביל ולהגן על החשובים לנו. ללמד אותם ערכים ודרכי התנהלות בעולם ולשלוח אותם מהקן, שם היו עטופים ומוגנים, אל תוך עולם שבו יש להם את הכלים להתמודד ולפרוח.



## על הקורס

### הכל אפשרי - כלים לפיתוח והטמעה של הרגלים חדשים בחיי היומיום

"של נעליך מעל רגליך" בפנימיות מבקש לומר - של מנעוליך מעל רגליך!  
כולנו חכמים, כולנו יודעים, אבל כמה מאיתנו באמת מיישמים? וכמה מאיתנו מתמידים לאורך זמן:

בתזונה נכונה, בפעילות גופנית, בתרגול רוחני יומיומי, בשימור מערכות יחסים, בלימוד, בשיפור תכונות האופי שלנו? האם גם לכם יש הרגל לא מקדם שאתם ממשיכים לשחזר אותו שוב ושוב והייתם רוצים לשנות?  
הקורס הזה הוא בדיוק עבורכם. במהלך הקורס נלמד כלים ונתרגל הלכה למעשה את היכולת שלנו להשתנות!

יחד נגלה שגם חריטות עמוקות ועתיקות שנחצבו על לוח נשמתנו, כשמזרימים עליהן הרבה מים חיים, סופן להישחק ולהתעצב מחדש ברוח הזרם. מוזמנים לקורס מרתק ומשנה חיים שמתאים לאלה שבחרים לגדול, להשתנות ולהשתדרג



## **שיעור שביעי:**

### לגלות את עצמי מחדש, 4 ההסכמות

"ארבע ההסכמות" הן שם סיפרו של השאמאן המקסיקני דון מיגל רואיס. כבן למשפחת מרפאים מסורתיים, הוא בעט במסורת והלך ללמוד רפואה מערבית.

תאונת דרכים קשה גרמה לו לעצור ולבחון את חייו. ספרו שהתגלגל לידיה של אופרה וינפרי, הפך להיות רב מכר בינלאומי ומציג 4 הסכמות שהמחבר מזמין אותנו לחקור, לחיים מאושרים יותר ומלאי הגשמה.

רואיס אומר בספרו: "הפחד הגדול ביותר של בני האדם הוא מפני החיים, לא מפני המוות".

## **שיעור שמיני:**

### מגבירי אושר, פסיכולוגיה חיובית

החיים שלנו מציפים אותנו בסמים... סמים מתוצרת עצמית הנקראים לעיתים גם הורמונים.

דופמין, שהוא סם הסיפוק, המשתחרר בסיפוק במוחנו עם השלמת משימה. אוקסיטוצין שהוא סם האהבה, אהבה בין גבר לאשה, בין אמא לתינוקה. אנדורפינים, שהם משככי הכאב של הטבע שגורם ל"היי" של אושר אחרי אימון גופני טוב. האושר שלנו נמצא בדברים הקטנים.

## **שיעור תשיעי:**

1. משמעות בחיים, לוגותרפיה, אני במרכז

תורת הלוגותרפיה פותחה על ידי הנורולוג והפסיכיאטר ויקטור פרנקל ששרד את מחנות הריכוז הנאצים ופיתח שיטת טיפול שעיקרה התנהלות מתוך משמעות בעולם.

כאשר ברורה לנו המשמעות, אין דבר שהוא רחוק מדי, אין משימה שהיא קשה מדי.

אנשים שחיים מתוך משמעות עמוקה לחייהם, חיים מתוך עוצמה ומשמעות. נדון על משמעות המשמעות בחיינו על דרכים למלא אותם במשמעות עמוקה.



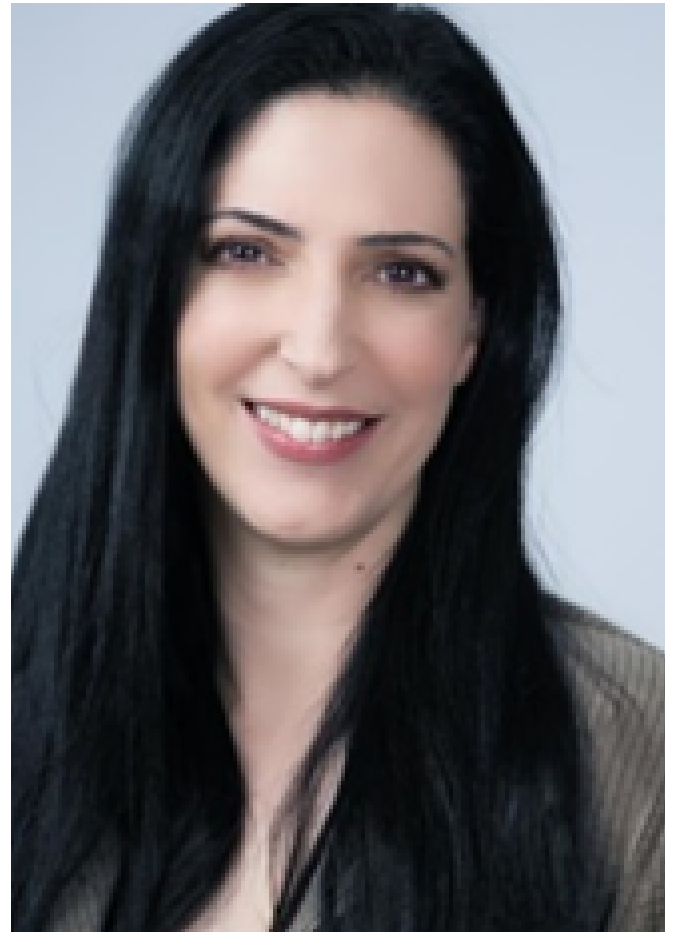
## **שיעור עשירי:**

"כמוני" - נטוורקינג ולמגנט אנשים כמוני

היכרויות חדשות, הרחבת חוגים חברתיים עם או ללא עזרים טכנולוגיים, תחומי עניין משותפים ומציאת מעגל תמיכה מחודש במציאות חדשה.

**בונוסים: בואו נדבר על הנושא**

# יעל שרטוב / רות פלמון



מי אני? מובילה לאושר ולהצלחה. יועצת מנוסה בתהליכי שינוי וצמיחה. ניסיון מעשי בהקניית הרגלים מקדמים קריירה מצליחה בפרויקטים מורכבים של הנפקת חברות טכנולוגיה בשווקים בינלאומיים

מובילה שינויים משמעותיים, כולל בחיי בתחום הבריאות, התזונה והספורט: קרוספיטרית פעילה ובכושר מעולה. אני משלבת ניסיון והבנה עמוקים, כולל שינויים מהותיים בתחום האישי והקריירה, יחד עם רגישות והבנה של תהליכי שינוי.

בעלת תואר ראשון במדעי המחשב (B.Sc.), מהאוניברסיטה העברית ותואר שני במנהל עסקים (MBA) בהתמחות מימון, אוניברסיטת רייכמן.

בוגרת קורס דירקטורים, בוגרת קורס אימון, בעלת הסמכת NLP Master Practitioner.

יועצת עסקית-ארגונית, מאמנת בכירה ומכשירת מאמנים בתוכניות מנטורינג למטפלים.

מלווה מנהלים ודירקטורים בתהליכי התפתחות אישית ומקצועית, ובתהליכי כניסה לתפקיד. מרצה ותיקה במכללה האקדמית רופין ובגופים בטחוניים בתוכניות להכשרת מנהלים ומפקדים. שימשה במשך שני עשורים כסמנכ"לית בכירה בארגונים בינלאומיים וחברות מקומיות בהם.

תואר ראשון בכלכלה תואר שני במנהל עסקים התמחות ביעוץ ארגוני, שניהם מהמרכז האקדמי רופין. לימודי פסיכולוגיה באוניברסיטת בן גוריון. בוגרת קורס אימון, בעלת הסמכת NLP ואימון בלוגותרפיה הובילה תהליכי שינוי ופיתוח אישי וארגוני.

## **מה אלמד בקורס של יעל ורות?**

הילדים כבר לא בבית, או לפחות לא באופן קבוע. המשכנתא כבר מאחור ולפעמים גם הקריירה הראשונה. ועולם חדש מגיע, עולם "אחרי הפרישה", השלב המתוק של החיים. בקורס נלמד ונעבוד על כלים שיאפשרו לך למקסם את תקופת הפרישה, בעולם מהיר של שינויים, קבלת החלטות ורב זכויות. כיצד למצב את עצמך מחדש בזמן החדש? קבלת החלטות, זוגיות ומיניות, הורות וסבתאות בעידן הדיגיטלי ועוד.

## **מה מביאות מעצמן המנטוריות לקורס?**

יעל שרטוב ורות פלמון, מאמנות ומנטוריות מובילות, מביאות את הניסיון הרב שלנו בעבודה עם בני הגיל השלישי, את האהבה להובלת שינויים חיוביים וידע רב במגוון תחומים רלוונטיים ומעניינים.

## **עם איזה כלים/תובנות אצא מהקורס?**

כלים ייעודיים למימוש בתחומים השונים: כלים פיננסיים, דיגיטליים וכלים לקבלת החלטות. נקבל מגוון כלים ליישום ממשי בעולם האמיתי. קבלת תשובות לשאלות החשובות בחיים חיוביות

מיצוי הפוטנציאל

גילוי הנוסחה האישית שלך להצלחה בגיל השלישי

## **על קורס הבוטיק לאיכות חיים, דיוק והגשמה בגיל השלישי**

בקורס נחוה עשייה עם נוכחות, נדייק את הדרך להגשמת הייעוד שלנו, נשפר את איכות החיים שלנו והכי חשוב, נחוה את הגיל השלישי באופן מיטבי.

יש לכם הזדמנות לעבוד באופן אישי עם שתי המנטוריות המובילות: יעל שרטוב ורות פלמון, המובילות אנשים מצליחים להגשמה ולאיכות חיים. נעבור, נלמד ונדון על מגוון נושאים החיוניים למיצוי החיים בגיל השלישי.

### **למה לעבור את הקורס?**

1. לקבל תשובות לשאלות החשובות בחיים. בתקופה מרגשת וקצת מפחידה של שינויים, לקבל תשובות ולשאול שאלות בקבוצות אנשים מאושרים כמוך ובליווי אישי.

2. לגלות את הנוסחה האישית שלך להצלחה בגיל השלישי – מי אני ללא הטייטל של העבודה שליווה אותי כל כך הרבה שנים? אחרי הרבה הצלחות בחיים, בקריירה ובזוגיות ובתחומי החיים השונים, נלמד איך להעביר את ההצלחה גם לגיל השלישי.

3. למצות את הפוטנציאל בגיל השלישי: הורות וסבתאות, זוגיות ומיניות, פרידה ואבל. איך ניגשים לנושאים הרגישים האלה כשהכול מסביב משתנה.

4. לקבל כלים ייעודיים למימוש בתחומים השונים: כלים פיננסיים, דיגיטליים וכלים לקבלת החלטות. נקבל מגוון כלים ליישום ממשי בעולם האמיתי.

ימי ראשון, החל מה-15 לינואר 2023 ועד 19 למרץ 2023 (עשרה מפגשים),  
בין השעות 09:00-13:00.



# הפקולטה לעסקים



## "קורס מנטורים" בהנחיית רוני ניר וליאורה ליפץ

מס' המפגש	משימת המפגש	תכני המפגש	כלים, תרגול והטמעה	תוצרים
1	מתודולוגיית המנטורינג של התחלה חדשה – להיות מנטור.	<ul style="list-style-type: none"> <li>מהו מנטור</li> <li>תפקיד המנטור</li> <li>תהליך מנטורינג</li> <li>פרויקט אישי</li> <li>חלוקה לזוגות</li> <li>לעבודה בין המפגשים</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מודל המנטורינג</li> <li>סטינג</li> <li>מיפוי מצב קיים</li> <li>מעגל החיים/התפקיד – מה אני רוצה להשיג/לשנות/לשפר/ליצור.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>הבנה והטמעה מה המחויבות התודעתית להיות מנטור</li> <li>בחירת מטרה אישית פורצת דרך למימוש במהלך הקורס.</li> </ul>
2	הקשבה זה כל הסיפור	<ul style="list-style-type: none"> <li>3 רמות של הקשבה</li> <li>"אסטרטגיית האמיגדלה"</li> <li>הקשבה נקייה ונוכחת – המפתח להצלחת תהליך מנטורינג</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>סולם ההקשבה</li> <li>סימולציות של הקשבה מאוימת אל מול הקשבה בוטחת</li> <li>מעבר מסימפטיה לאמפתיה</li> <li>ראפור וכלים אימוניים של הקשבה נוכחת</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>פיתוח מיומנות של הקשבה אפקטיבית היוצרת מרחב של בטחון פסיכולוגי</li> <li>הובלה מכח השפעה</li> <li>קבלת השונה באשר הוא – שחרור השיפוטיות והביקורת</li> </ul>
3	האני הערכי	<ul style="list-style-type: none"> <li>מה זה ערך?</li> <li>זיהוי הערכים שלי</li> <li>רווח ומחיר של אחיזה בערכים</li> <li>מינוף הערכים שלי לצמיחה אישית</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>תהליך מיפוי, זיהוי ותיעודף הערכים המובילים שלי</li> <li>התנסות חווייתית בין ערכים להתנהגות</li> <li>לצאת ממלכודת הערכים</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מיומנות הובלת המנטי לחיבור אמיתי לערכים החשובים לו ביותר בחייו</li> <li>יכולת לניהול עצמי</li> <li>תוך חקר המחיר והרווח של הערכים.</li> </ul>
4	מטרות או לא להיות	<ul style="list-style-type: none"> <li>הגדרת מטרות ויעדים ראויים ומשמעותיים</li> <li>מודל S.M.A.R.T</li> <li>מיפוי אבני דרך</li> <li>עקרון הבהירות-פוקוס</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מודלים לצמיחה</li> <li>סוגי מטרות</li> <li>איך מציבים מטרה</li> <li>ה"למה" הגדול – עד כמה זה חשוב לי</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מטרות על</li> <li>מטרות משנה</li> <li>אבני דרך לפעולה</li> <li>בחירת מטרות לפעולה</li> </ul>
5	לחולל שינוי	<ul style="list-style-type: none"> <li>מהו שינוי</li> <li>חסמים ליצירת שינוי</li> <li>פרדיגמות</li> <li>אמונות מעכבות</li> <li>מרחב תודעה חדש</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מודלים לשינוי תפיסות חוסמות</li> <li>התמודדות עם חסמי השגיות</li> <li>דוח WAZE לפרויקט שלי.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>"היה היום השינוי שאתה רוצה להיות"</li> <li>עקרון התנועה</li> <li>עקרון המחויבות</li> <li>לפרוץ את מעגל התודעה</li> </ul>



6	חזק את החזקותיך	<ul style="list-style-type: none"> <li>מה הן החזקות.</li> <li>העצמת החזקות</li> <li>ויצירת מעקף לחולשות</li> <li>גיוס החזקות לשינוי</li> <li>שאני רוצה לעשות</li> <li>מתיקון למיצוי</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מיפוי החזקות לפי מודל VIA</li> <li>תיעודף והבנת לעומק של כל חזקה</li> <li>הבחנה בין מיומנויות נרכשות לחזקה טבעית</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>קבלת כלים למיפוי החזקות של המנטי.</li> <li>כיצד לחיות מתוך החזקות ולמנף אותן להצלחה בכל תחום שחשוב לי – תכנית פעולה</li> </ul>
7	מודל GROW	<ul style="list-style-type: none"> <li>מיפוי מצב קיים</li> <li>מיפוי מצב רצוי</li> <li>סגירת פערים</li> <li>תכנית פעולה מתוך אופציות</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>התנסות בכל שלב ממודל GROW</li> <li>עקרון המעורבות – שחקן, פרשן, מאמן</li> <li>יצירת אפשרויות חדשות</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>יכולת להוביל את המנטי בתהליך שינוי באופן מובנה תוך יצירת מיקוד ולקיחת אחריות מלאה לתוצאות</li> </ul>
8	תקשורת בינאישית מקדמת	<ul style="list-style-type: none"> <li>מעבר מתקשורת המובילה למעגל הבזבז אל מול תקשורת היוצרת מעגלי ערך</li> <li>תקשורת צרכים אל מול עמדות</li> <li>כוחן של שאלות</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>עבודה אישית וקבוצתית על פיתוח מיומנות של יצירת מעגל ערך</li> <li>הובלה והצטרפות סימולציות של כלים אימוניים בתקשורת</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>מתגובתיות להובלה</li> <li>פיתוח השריר של "לרקוד עם הרגע" – כאן ועכשיו.</li> <li>הבנת מטרת שאלות עוצמתיות, שאלות חקירה, שאלות מרחיבות ומבהירות</li> </ul>
9	האני העתידי	<ul style="list-style-type: none"> <li>האני המאמין שלי</li> <li>נוסחת הייעוד</li> <li>מומחיות ונסיון</li> <li>נטוורקינג איכותי – איזון בין נתינה וקבלה</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>עבודה אישית עמוקה על זיהוי הגרעין הפנימי שלי</li> <li>הצעת הערך הייחודית שלי הנובעת מתוך תחושת הייעוד</li> <li>כלים ליצירת ביקוש לשירותים הייחודיים שאני מציע</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>חיבור לייעוד – המנוע שיאפשר לי להגיע להצלחה</li> <li>גיבוש "הבטחת הערך" הייחודית שלי</li> <li>טיפים לבניית העסק שלי של מנטורינג.</li> </ul>
10	לתוך העצמות	<ul style="list-style-type: none"> <li>שילוב כל הכלים שנלמדו לכדי תהליך משמעותי שיוביל את המנטי להשיג את האג'נדה שלו.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>פירוט תהליך המנטורינג ומיקום השימוש בכלים</li> <li>הצגת הפרויקט האישי של כל משתתף בקורס</li> <li>חלוקת תעודות "מנטור מוסמך"</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>אינטגרציה של כל הידע, הנסיון, הכלים, היכולות והחזקות לכדי שינוי תפיסתי והתנהגותי לחיים מלאים ומספקים שלי ושל המנטי שלי</li> </ul>



## קורס MEntorIM

בעולם בו הידע נגיש לכולם, בכל זמן ומקום, האתגר המרכזי לחיים מלאים, של הצלחה וסיפוק, הוא היכולת שלנו להתחבר למה באמת אנחנו רוצים ואיך להתפתח ולהתקדם צעד אחר צעד אל עבר המטרות החשובות לנו, כל אחד באשר הוא.

קורס MEntorIM של חברת התחלה חדשה, הינו קורס ייחודי מסוגו בארץ, המלווה על ידי מיטב המנטורים הבכירים בישראל, ומתבסס על מתודולוגיות מתוקפות אמפירית מעולמות הייעוץ, הפיתוח האישי והניהולי ותורות מתחום חקר ההתנהגות האנושית.

תהליכי מנטורינג הופכים היום יותר ויותר לתחום שהביקוש אליו הולך וגובר. מאחורי כל איש עסקים מצליח, מנהל מצוין, שחקן, יזם פוליטיקאי או ספורטאי, עומד מנטור אישי.

מנטור הוא מורה דרך, אוטוריטה מקצועית, אדם מנוסה, בעל מיומנויות מצטברות של חניכה וידע עתיר שנים בתחומו, הרוותם את ניסיונו וכישרונותיו לטובת הצלחה, העצמה והגשמה של אחרים.

בקורס MEntorIM של חברת התחלה חדשה, תוכלו לרכוש את מעטפת הכלים והתפיסות שיאפשרו לך להפוך מאוטוריטה מקצועית בכל תחום בו אתה עוסק. ת למנטור. ית מבוקשת המביאה ערך אמיתי ללקוחותיו.ה. במהלך הקורס גם תעצב. י את הזהות האישית שלך כמנטור. ית, גם תחווה



התחלה חדשה  
הבית של המנטורים

למידה והקניית כלים מעשיים לעבודה כמנטור. ית ובעיקר תפתח. י כישורים אישיים של תקשורת בינאישית והעצמה אישית לצורך הצלחתך כמנטור. ית.

מועד פתיחת הקורס: יום שני 24.10.2022

מיקום הקורס: קמפוס לייף אקדמי, רחוב יוניצ'מן 21, תל אביב, מתחם מנדרין.

מבנה הקורס: 10 מפגשים שבועיים ברצף, המתקיימים בימי שני בשעות 17:30-21:00.

ניהול מקצועי ואקדמי של הקורס:

- רוני ניר – מנטור בכיר במגזר העסקי ומאמן מוסמך לענפי ספורט בסיבולת. יזם ויו"ר הדירקטוריון ומנכ"ל התחלה חדשה.
- ליאורה ליפץ – מנטורית בכירה להאצת צמיחה עסקית בחברות, בעלים ומנכ"לית LIPETZGROUP לתכנון וייעוץ אסטרטגי, ממייסדי לשכת המאמנים בישראל.





# רוני ניר וליאורה ליפץ



## ליאורה ליפץ

**יועצת אסטרטגית, מנטורית לעסקים, דירקטורית ומנהלת תחום מנטורינג פנים ארגוני**

יועצת אסטרטגית, מנטורית להאצת תהליכי צמיחה בחברות ובעלים של "קבוצת ליפץ" לתכנון אסטרטגי מזה 16 שנים. בעלת ניסיון רב שנים בתפקידי ניהול בכירים של מנכ"ל, סמנכ"ל וניהול חטיבות בחברות ישראליות ובינלאומיות למעלה מ- 25 שנים.

מאמנת מוסמכת, ממייסדי לשכת המאמנים בישראל ויו"ר הלשכה הראשונה. לשעבר בעלת טור דעות בגלובס אונליין למצוינות בזירת העסקים.

## רוני ניר

**מנטור ויזם, רוני יו"ר הדירקטוריון ומנכ"ל התחלה חדשה ומנכ"ל LIFE ACADEMY**

מנטור בכיר במגזר העסקי מעל ל 15 שנה ומאמן מוסמך לענפי ספורט הסיבולת, מיישם בהצלחה גישה המשלבת את תורת האימון ההישגי עם העולם העסקי. פיתח שיטה ייחודית של אימון למודעות לפריצת גבולות כדרך חיים, המבוססת על משוב ועבודה משותפת בגישה:

"הצלחה היא שריר. כולם נולדים איתו, אבל רק מי שמתאמן מגיע רחוק." כיהן כמנכ"ל חטיבת הייטק בחברה בינלאומית בתחום הבית החכם, כיהן במגוון תפקידי ניהול בחברות גלובליות וצבר ניסיון עשיר בשיווק בינלאומי. בעל קשרים רחבים בעולם העסקי.



### **מה אלמד בקורס של רוני וליאורה?**

במהלך הקורס ילמדו אותך רוני וליאורה מתודולוגיית מנטורינג מנצחת, יכיר לך מודלים מצליחים ויסייע לך לעצב את זהותך האישית לצד פיתוח כישורים אישיים של תקשורת בינאישית והעצמה אישית לצורך הצלחתך כמנטור/ית. תעצב/י את זהותך

### **מה מביאים מעצמם המנטורים לקורס?**

ידע, ניסיון, אותנטיות, עולם ערכים  
רקע בעולמות האימון והאסטרטגיה  
עבודה בעולמות ההייטק, המכירות, מסחר, שיווק, ניהול מוצר וניהול כללי.  
מבין מהי הצלחה, מנהיגות, יכולות אישיות והישגיות

### **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

מושגי שפע ולא של חוסר  
שינוי משמעותי בחיים  
מעטפת כלים ותפיסות שיאפשרו לך להפוך מאוטוריטה מקצועית בתחום  
עיסוקך למנטור/ית מבוקש/ת בעל/ת ערך אמיתי ללקוחותיך.  
כלים למימוש המטרות העסקיות שלך  
והקניית כלים מעשיים לעבודה כמנטור/ית





## "איך אפשר להיכנס ל ZONE שלנו, ולהיות פלסטלינה בעולם של ברגים?" בהנחיית אליאב אללוף

### שיעור ראשון: רקע

איך אפשר להיות פלסטלינה בעולם של ברגים?  
האם ליאונרדו דה וינצ'י היה מצליח למצוא עבודה במאה ה-21?  
מה אנחנו יכולים ללמוד מדבורים?  
מה קרה כשאנשי פלסטלינה "הסתננו" לאפל, גוגל ומיקרוסופט?  
מה "שיטת בובקה" מלמדת אותנו על תמריצים?  
כמה סוגי אנשי פלסטלינה יש?  
מה זו "מתמטיקה אנושית"?

### שיעור שני: התנעה

מהי החרטה הגדולה ביותר של אנשים שיודעים שהם עומדים למות?  
מהו השיעור הראשון של לימוד על עצמנו?  
שלושה סוגי חיים: באיזה מהם נבחר?  
חמישה סוגי משמעות: מה באמת חשוב לנו?  
תרגילים:  
- מי הגיבור שלי?  
- מה זו הצלחה אמיתית עבורי?  
- מה "הסוד" למציאת פוקוס?

*Eliav Alaluf*



## שיעור שלישי: פרספקטיבה

סיפורו של גטו סופרסטאר: איך הופכים את המגרעות שלנו ליתרונות – בלי להשתנות?

מדוע אתם רוצים את מה שאתם רוצים?  
נתקעתם? זקוקים לזווית ראייה רעננה?  
סטארט-אפים? רעיון טוב זה לא מספיק

מה חשוב יותר: קשרים או כישורים? ואיזה סוג של נטוורקינג מתאים לנו?

## שיעור רביעי: תכלית

איך לגלות את תכלית החיים שלכם באמצעות "איקי-גאי"?  
הקדמה: מהם יתרונות וחסרונות המודל היפני לחיי תכלית?  
איך מבררים מהן היכולות המיוחדות שלנו והתשוקות, צרכי העולם  
והנכונות לשלם?  
ואיך יודעים מה נכון עבורנו?

## שיעור חמישי: תוכנית פעולה

לאהוב את מה שעושים או לעשות את מה שאוהבים?  
למה הצבת יעדים לא עובדת לרוב האנשים, ומה אפשר לעשות בנידון?  
שיטת "ארבעת התרחישים": למה להמר אם אפשר לגדר?

## שיעור שישי: שיווק עצמי

אם אנחנו טובים, למה אנחנו צריכים לשווק את עצמנו?  
מה חשוב יותר: העובדות או הפרשנות?  
תרגיל: סיפורו של ווינר וסיפורו של לוזר  
שיווק עצמי זה אומר בהכרח לעשות הרבה רעש או לשקר?  
כמה סוגי מותגים אישיים יש? (רמז: 12)  
איך בוחרים את המותג שהולם אותנו?

*Eliav Alaluf*

## שיעור שביעי: סטוריטריגר

מוח קונה, מוח מוכר ותורת ההשפעה: איך המוח האנושי באמת עובד כשאנחנו קונים מוצרים, שירותים ורעיונות – ואיך אנחנו חושבים שהוא עובד?

מה עושים כשאינן זמן לייצר סיפור או שהתנאים לרעתנו: איך הופכים סטריאוטיפים ונטייה טבעית של בני אדם לפסול דברים מראש, למשהו שעשוי לעבוד לטובתנו?

## שיעור שמיני: סטוריטלינג

מה זה סטוריטלינג ומה זה נותן?  
האם סטוריטלינג זה בולשיט?  
מגבלות: מתי אי אפשר להשתמש בסטוריטלינג?  
איך נהפוך רגעים בחיים האישיים והמקצועיים שלנו, לסיפורים מעוררי השראה?  
"טרנטינו יש רק אחד": איך מתגברים על מחסום הכתיבה שלנו?  
איך מציגים את הסיפורים שלנו, ולומדים מהפידבק של אחרים?  
מהו הצ'ק ליסט לסיפור טוב? באיזה מילים ומשפטים כדאי להשתמש כדי להגדיל סיכוי להנעה לפעולה – ובאיזה לא?

## שיעור תשיעי: כותבים את הסיפור שלנו

מהו סיפור החותמת שלנו, מה הוא חייב להכיל ולמה הוא בכלל חשוב?  
איך בונים את הסיפור הזה, ואיך גוזרים ממנו סיפורים טקטיים?  
מגדירים את ארגז הכלים הסיפורי: סיפור חותמת – מי אנחנו ומה המשימה שלנו? סיפור שורשים – איך הכל התחיל?  
מלטשים את הסיפורים

## שיעור עשירי: סיכום

מפגש השלמות וסיכומים.  
מה ההבדל בין חיים טובים לחיים שהם יצירת מופת?  
מהם עבודנו חיים בהלימה - ואיך נגשים אותם?

בנוס מיוחד:

טיפים מעשיים להצלחה במדיה החברתית

*Eliav Alaluf*

# אליאב אללוף



הוא בעל תואר ראשון במשפטים מאוניברסיטת שפילד, ותואר שני במנהל עסקים בינלאומי למנהלים מתכנית קלוג-רקאנטי של אוניברסיטת נורת'ווסטרן ואוניברסיטת תל אביב. הוא המנהל המקצועי לקורס סטוריטלינג בתכנית להכשרת מנהלים באוניברסיטת רייכמן. שלושת ספריו, "למה כדאי להיות לטובת הכריש?" ו"מה למדו החברות המצליחות בעולם מסרטי המאפיה?" ו"להיות פלסטלינה בעולם של ברגים" יצאו בהוצאת אוריון וזמינים למכירה אונליין ובכל חנויות הספרים המובילות.

**אליאב אללוף**, איש פלסטלינה בעולם של ברגים ומפתח תכנית "להיכנס ל-ZONE שלך", הוא מומחה לשיווק, מרצה, סופר ויועץ שליווה למעלה מ-100 מותגים מובילים בארץ ובחו"ל, לרבות אושו אינטרנשיונל, מנטור'ס צ'אנל, מייקל בקווית' מפרויקט "הסוד", אלון אולמן, הרב שלום ארוש ועוד. הוא אף היה שותף להקמת וניהול קרן הון הסיכון הבינלאומית, FOLLOW[THE]SEED. בעבר, אליאב הקים וניהל את פעילות המדיה החברתית של העיתון גלובס, וכיהן בתפקידי שיווק ופיתוח עסקי בכירים באקסיס מובייל ובקומברס. את הקריירה שלו התחיל ככתב שוק ההון של גלובס, לחברות תקשורת, אינטרנט והייטק.



### **מה אלמד בקורס של אליאב?**

בעולם בו מתנהלים מקומות העבודה עם עובדים "ברגים", מוצאים אנשי ה"פלסטלינה" את עצמם מתוסכלים. הקורס ילמד אותך להיכנס ל"Zone" האישי שלך ולחיות כאיש/אשת פלסטלינה בעולם של ברגים

### **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

מומחיות בשיווק  
מומחיות וניסיון רב בעבודה מול גופים גדולים ותאגידיים

### **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

מציאת ה"zone" האישי שלי  
כלים להתנהלות בעולם של ברגים  
בטחון עצמי לעסוק בתחום שבחרתי

*Eliav Alaluf*

## על הקורס להיכנס ל ZONE שלך

להיכנס ל ZONE שלך זו תכנית דיוק עצמי לחיי תכלית. אנחנו נבין מהי הצלחה עבורנו, ומה אנחנו צריכים לעשות כדי להיות ב ZONE שלנו, במקום שבו אנחנו פורים, יצירתיים ונהנים מהעשייה, וגם מייצרים מסלול ודרך קדימה.

התוכנית מכוונת אותנו ביצירת פוקוס, והגדרת מתכון מותאם אישית לדרך שבה אנחנו מתפתחים וגדלים בכיוון הנכון. היא עוזרת לנו לייצר מציאות שבה הזמן עובד לטובתנו, והחיים הם בתחושה של "אני לא יודע בדיוק מה הולך לקרות, אבל זה הולך להיות נפלא".

לפני שנים, הייתי מנכ"ל מוערך של חברה מצליחה, אבל לא הרגשתי מצליח. המבחן שעשיתי לעצמי היה זה "האם כשאני מציג את עצמי, אני מרגיש שהתיאור הזה ממצה אותי? האם זה האדם שאני? זה כל מה שאני אהיה ואשיג?"

והתשובה שלי הייתה "לעזאזל, ממש לא!".

שם התחלתי לבנות את "להיכנס ל ZONE שלך" - בשבילי. בניתי פתרון שעובד לאורך זמן: בלי טיפים, טריקים וסיסמאות. שינוי אמיתי.

מאוחר יותר, הבנתי שיש עוד אנשים כמוני, שהצליחו במשחק שהם לא אוהבים.

אז מה האופציות שלנו?

א. לא לעשות כלום, ולצפות שמהו ישתנה. היי, לפעמים ניסים קורים, לא? ב. לחפש מנטור, פסיכולוג או קואוצ'ר שיפגוש אותי ל-50 דקות בשבוע או לעשות סדנת סופ"ש ש"תשנה את חיינו".

ג. לקבל החלטה, כאן ועכשיו, שכדי שהחיים שלנו יהיו באמת שלנו, עלינו להוביל אותם. וכדי שזה יקרה, אנחנו צריכים להיכנס ל ZONE שלנו.

אם החיים שלנו הם נכס שאנחנו לא רוצים לבזבז ללא מחשבה, ואם אנחנו לא רוצים להשאיר את המפתח לאושר ולהצלחה שלנו בכיס של מישהו אחר - או סתם בידי המזל, כדאי שניכנס ל ZONE שלנו. ואל דאגה, ה"אני העתידי" שלנו - עוד יודה לנו על כך.

*Eliav Alaluf*



## קורס "אזור ההצלחה של העסק שלך", בהנחיית טל שמשון מאסטרים בניהול

**שיעור ראשון - אסטרטגיה ו- 'אזור ההצלחה של העסק שלך':**  
• אסטרטגיה הלכה למעשה לעסק כולל הגדרות לפעולה ממחר בבוקר ומודלים אסטרטגיים.  
• שלושת ה "מ" כשיטת התבוננות על יח' רווח והפסד.

### **שיעור שני ושלישי - טקטיקה וניהול שיטתי - שיטה סדורה לעסק:**

- תקציב
- יעדים
- CRM
- USP
- הגדרות תפקיד
- מומלצים
- מחירון ותמחיר
- תזרים
- גבייה
- פרואקטיביות
- לוח בקרה (סטט' ומס' קריטיים)
- משולש הניהול כמודל ניהול טקטי מנצח!
- שגרת עבודה וניהול זמן



## **שיעור רביעי וחמישי - שיווק, שת"פים ומכירות-(2\* מפגשים) מכירות! מכירות! מכירות!**

- חציבת תפיסה חדשה לגבי מכירות וערך שאני נותן ללקוח
- מודל מכירות מסודר ושיטתי
- הצגת העסק שלי
- 12 שניות המעלית שלי
- סגנונות תקשורת
- קשר אישי
- מכנה משותף
- שבירת התנגדויות
- שיווק / מכירות - זה לא אותו דבר!

## **שיעור שישי - שיווק דיגיטלי - ON LINE עסקים קטנים ועולם האינטרנט :**

- הפרקטיקה של שיווק דיגיטלי והקשר לתוכנית העסקית שלנו
- גוגל
- פייסבוק ורשתות חברתיות
- רשימות תפוצה
- אפליקציות

## **שיעור שביעי - ניהול מעשי - דילמות מנהיגות וניהול בדרך לאזור ההצלחה של העסק**

- סגנונות ניהול
- ה"אני מאמין" שלי
- איתור דילמות בעסק וכתובת תוכנית לפתירתן
- כלים ניהוליים להעצמת העסק
- ניהול המכירות



## שיעור שמיני - שירות כשיווק - החומר המעודכן ביותר בעולם הניהול

- מה זה "שירות מודרני"?
- כיצד הופכים את השירות בארגון לכלי שיווקי?
- מה התרומה של "לא ציפיתי וקיבלתי" להצלחה העסקית של הארגון?
- מה המשקל של התפיסה האישית שלי לרמת השירות שאתן ללקוחות שלי?

- מה זה מדד ה NPS? למה הוא מנבא צמיחה פוטנציאלית של עסקים?
- איך נראה ומרגיש השירות של העסק שלנו במיטבו?
- כיצד ננהל "לוח בקרה שירותי"?
- האם אתה מכיר את סגנונות התקשורת של הלקוחות שלך? למה זה קריטי לרמת השירות שתיתן להם?

## שיעור תשיעי - מיתוג אישי

- האם כל אחד יכול להיות 'מותג'?
- האם הקריירה שלנו היא למעשה עסק לכל דבר?
- מה ה'למה' שלך כמותג ולמה זה כל כך משנה?
- כיצד מנהלים בהצלחה את עצמי כמותג?
- מה המיתוג שלך יאפשר לך ולסביבה שלך?
- מה הם שלושת ה' מ' שכל מותג מצליח מורכב מהם?
- מהם 7 כללי הזהב למיתוג עצמי?
- מה ירוויח מי שבוחר למתג את עצמו?

## שיעור עשירי - מפגש מרצה אורח + פאנל מנטורים

# טל שמשון



## קורס "אזור ההצלחה של העסק שלך",

הקורס נותן ידע, כלים וסביבה תומכת לעצמאיים, בעלי עסקים וכאלה שמעוניינים בהקמת עסק. בוגרי הקורס יוכלו לתפקד כעצמאיים / אנשי עסקים ברמה גבוהה יותר ולנהל את עסקיהם ברמת שליטה ובהירות גבוהה.

## טל שמשון, מומחה בהקמה, ניהול, שיווק

ותפעול יחידות רווח והפסד בארץ ובאירופה. טל צמח לתפקידי ניהול בכירים ברשת מועדוני הבריאות והכושר הבינ"ל "הולמס פלייס", כולל שנתיים בהן לקח חלק מרכזי בעסקים של הרשת במרכז אירופה. הוא כיהן כמנכ"ל רשת "הולמס פלייס" ישראל ובהמשך כמנכ"ל קבוצת "אוניספורט".

חברת "טל שמשון - מאסטרים בניהול" מלווה ומייעצת לחברות בתחום הניהול, התפעול, השיווק והמכירה.

טל מרצה מבוקש, יועץ בפילה כלכלית בתוכנית הבוקר של 'פאולה וליאון' בערוץ 12. הרצאותיו נמצאות בפלטפורמת התוכן הבינלאומית סקרינז ובקרוב גם ב-VOD של אל על.



## **מה אלמד בקורס של טל?**

בקורס ילמד אותך טל ממה מורכב עסק מצליח, מהו ה"למה" של כל עסק ומדוע זהו קריטי להצלחתו, מהם ששת המפתחות המרכיבים את העולם המנטלי של העסק, כיצד לנהל את הצמתים בעסק ואיזה צ'ק ליסט כל עסק חייב.

## **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

פרקטיקה  
מודלים מנצחים  
סיפורי הצלחה בעבודה מול החברות הגדולות  
תכנית שתוביל אותך לאזור ההצלחה שלך  
תחושת שליחות  
ידע ומקצועיות

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

ידע רב  
כלים פרקטיים מוכחים לניהול טוב יותר של יחידות הרווח וההפסד  
מוטיבציה רבה לפעולה ועשייה  
Action Items





## **כוחה של נוכחות ע"י בארי כץ**

**שיעור ראשון: סוף מעשה במחשבה תחילה**  
סבב הכרות, לשם מה הצטרפתי לקורס הגדרת ציפיות ומטרות  
הגדרת מצגת, לזהות ולנסח מטרה נכונה לפני כל דבר אחר  
הגדרת הקהל, מה ידוע, מה לא ידוע ואיך אפשר לדעת?

**שיעור שני: תיעדוף נכון של ידע, ו"תבלינים"**  
כל המוסיף גורע, או כל המרבה הרי הוא משובח?  
כיצד לזהות ולנסח מסר עיקרי אחד, שהקהל יזהה  
תבלינים: כמה קהל זוכר? מה קהל זוכר? כיצד להוסיף טעם?

**שיעור שלישי: לשדר את כוחה של נוכחות דרך שפת הגוף שלך**  
חשיבות פיתוח סגנון אישי ובניית מותג אישי  
החלוקה הלבן שלך, הצגה עצמית, כיצד לזכות באמון הקהל  
לשדר בטחון בעמידה ויציבה, שימוש בידיים, קול וקשר עין

**שיעור רביעי: מבנה ותזמון נכון של מסר**  
כיצד לארוז כל תוכן במגוון מבנים, עם מעברים הגיוניים  
כיצד לפתוח ולסיים באופן יצירתי, מעורר עניין וזכיר  
כיצד לתכנן ולנהל נכון את הזמן



## **שיעור חמישי: כללים לרתימה שכנוע והשפעה**

מה ההבדל בין שכנוע להשפעה וכיצד למנף את שניהם  
6 כללים לשכנוע קהל שיניעו אותו לפעולה  
תורת הרטוריקה לפי אריסטו: לוגוס, פאתוס, ואתוס

## **שיעור שישי: שימוש נכון בעזרים ויזואליים**

כללים ועקרונות לעיצוב ושימוש מקצועי בשקפים וסרטונים  
שימוש נכון בלוח מחיק ופליפצ'ארט  
עקרונות חשובים בהדגמת/הצגת מוצר

## **שיעור שביעי: כוחו ומיקומו של סיפור טוב במצגת**

איך לבחור את הסיפור הנכון?  
מאיפה לאסוף סיפורים טובים ומתי לשלב אותם  
מה המרכיבים של סיפור טוב ואיך לספר אותו

## **שיעור שמיני: כיצד לחתור למגע ניהול דיון מקצוע**

כיצד לתכנן ולנהל דיאלוג עם כל קהל  
כיצד להתחיל ולהניע דיון, מתי וכיצד לעצור דיון  
סוגי שאלות וכיצד לענות עליהם, ומה להגיד כשאינן לי מה להגיד

## **שיעור תשיעי: מה עושים כשהכל משתבש**

איך לעמוד בביטחון מול קהל מקשה או עוין  
איך להעביר מסר שאנשים לא רוצים לשמוע או לא מקבלים  
איך לנהל תקלות והתקלות

## **שיעור עשירי: מפגש מסכם תרגול**

כל משתתף יעביר מצגת שתכנן ויקבל עליה משוב.  
כולם יתרגלו בזוגות תינתן הזדמנות לאחדים להציג בפני כולם  
כיצד לשמר, להטמיע ולהמשיך את הלמידה והצמיחה

# בארי כץ



## בארי כץ

בארי הוא מנטור שעובד עם החברות הגדולות בעולם: גישתו מאפשרת לכל אחד ללמוד ולחדד את מיומניות הפרזנטציה עם נוחות.

חברת בארי כץ בע"מ נוסדה בשנת 2001 וכיום הינה בין המובילות בתחום ההכשרות המקצועיות למיומנויות תקשורת ומערכות יחסים עסקיות. תהליכי ההכשרה של בארי כץ הוכחו כאפקטיביים בארץ ובחו"ל ומותאמים ספציפית לקבוצות או מחלקות בארגונים.

## על הקורס

בקורס תלמדו

- למה צריך בכלל "לגעת בקהל" ואיפה מתחילים?
- תיעדוף מידע, כיצד לאתר ולהגדיר מסר עיקרי
- השגת תשומת לב והעברת מסר עיקרי ב-60 השניות הראשונות
- חמישה שלבים לבניית מסר שמייצר IMPACT גבוה
- כוחו של סיפור בהעברת מסרים והשפעה - אומנות הסטוריטלינג
- בחירה ושליטה בשפת הגוף והקול, פיתוח סגנון אישי ייחודי



## "סטוריטלינג" בהנחיית טליה ברק

### שיעור ראשון:

#### חלק ראשון: טליה

- אמנות ה-STORYTELLING - מה עושים עם זה? איך מרגישים סיפור?
- שימוש בחושים ככלי למציאת הסיפור.
- הצגה עצמית של המשתתפים בכיתה.
- איך מדייקים מסר בעולם רווי מסרים.
- נלמד איך להגדיר מתווה לסיפור שלי.

#### חלק שני: מירי גלזר

- נלמד ונחקור את המבנה הרגשי של הסיפור
- איך מחזיקים רגשית סיפור עבור הקהל

### שיעור שני:

#### חלק ראשון: טליה

- אקספוזיציה ואפיון מוצר-
- איך מנסחים פתיח והצגה עצמית מרתקת
- כלים לכתיבת סטוריטלינג עדכני.
- מפת דרכים לכתיבת סיפור.
- איך כותבים סיפור שנוגע באנשים
- איך משתמשים בשיח הקשרים בשונה משיח תוכן
- תועלת של סיפור - סטוריטלינג ככלי להניע לפעולה.

#### חלק שני:

- תרגול ושיתוף בכיתה - *learning by doing*



## שיעור שלישי:

### חלק ראשון:

- אחריות והחיבור שלי לקהל . היכולת להגיב לכל חדר.
- קהל יעד -קווים לדמותו.
- מודל א.מ.י.ל.י- מסרים ומסקנות שישרתו את הקהל.
- איתור של "מפת הכאבים " ושימוש בהם בסיפור.
- מה הנרטיב שלי?- גיבור או קורבן בסיפור?- תרגול
- איך משלבים אותנטיות בתוך סיפור

### חלק שני:

- מציאת משפט מצפן- מה מגדיר אותי?
- תרגול ושיתוף בכיתה-learning by doing

## שיעור רביעי:

### חלק ראשון

- כאוס מול סדר- איך לעשות סדר בסיפור שאני רוצה לספר. סיפור כרונולוגי מול תסריט.
- סיפור אישי מול סיפור גלובלי- קווים לדמותו.
- המטרה- לתת לקהל זווית חדשה על המציאות.
- טכנולוגיה של סיפור- כשהסיפור שלי הופך לסיפור שלנו.

### חלק שני:

- תרגול ושיתוף בכיתה-learning by doing





## שיעור חמישי:

### חלק ראשון:

- המשכנע מול המשפיע- קווים לדמותו.
- "אני בע"מ"- מכירה עצמית, מה הסיפור מאחורי המותג שלי.
- כלים למכירה עצמית
- משחקי תפקידים.

### חלק שני

אינטליגנציה רגשית ככלי עבודה- מירי גלזר

## שיעור שישי:

### חלק ראשון:

- עמידה מול קהל ומשחק תוכן- שי אביבי

### חלק שני

- סוף שהוא התחלה- " כל הדרכים מובילות לכאן"
- איך מניעים קהל לפעולה
- צידה לדרך

## שיעור שביעי:

### חלק ראשון

שיווק קוונטי- איך יוצרים מציאות באמצעות מילים.  
שינוי נרטיב ככלי ליצירת מעורבות- איך אני מספר את הסיפור שלי מהזווית של הקהל  
הסטוריטלינג של הרגש- הסיפור הרגשי שלי על רצף הזמן- מירי גלזר

## שיעור שמיני:

הפתעה!!

## שיעור תשיעי:

חלק ראשון

- "סיכום אקדמיה" הצגה של 5-7 דק בסגנון טד מול מצלמה ומשובים של המשתתפים.

חלק שני

- **Demo day.**

## שיעור עשירי

חלק ראשון

- "סיכום אקדמיה" הצגה של 5-7 דק בסגנון טד מול מצלמה ומשובים של המשתתפים.

חלק שני

- **Demo day.**

# טליה ברק



**סטוריטלינג** טוב הוא היכולת לחבר בין סיפור לרגש!

עם ידע רב שצברנו בליווי אישי וקורסים החלטנו לעשות קורס ממוקד חווייתי שטרם נעשה לפני בישראל במטרה לתת בוסט לאנשים שרוצים לספר סיפור בצורה משמעותית.

אחרי שנים של עבודה עם אנשי מקצוע ומרצים גיליתי שקורה משהו בתהליך, משהו שהוא תוצאת לוואי של התהליך ובכלל לא הוגדר כתוצאה.

גיליתי שכשאנשים מספרים את הסיפור שלהם אחרת, משתנה גם הגישה בתחומים אחרים בחיים. כשהנרטיב בספור משתנה, אנשים מקבלים בעצמם זווית מחודשת על הסיפור שלהם.

בין אם אתם מרגישים שעמידה מול קהל היא האתגר שלכם, אולי אתם רוצים לספר את הסיפור שלכם ולא יודעים איך, אולי אתם בכלל לא בטוחים שמה שיש לכם אז מה זה סטוריטלינג ולמה כל כך הרבה מדברים על זה בעולם.

**טליה ברק** : עם ניסיון של שני עשורים בליווי אישי והקמה של מיזמים חובקי עולם מאמינה שסיפורים הם חומר הגלם הכי חשוב בכל תחום. עיקר ההתמחות שלה מגיעה מתחום הסטוריטלינג והפיתוח העסקי, קרי: הקמת מיזמים, ליווי מנטאלי והדרכה בתחום הסטוריטלינג, לצד זה טליה למדה ספרות מקצועית.

טליה מלווה אנשים יוצאי דופן עם חזון ומסר מבוסס שליחות במטרה לתרגם את הרעיונות שלהם כהרצאה או כסדנה, הן ברמת המתווה העסקי והן ברמת התוכן.

לאחרונה טליה הוציאה ספר ראשון מסוגו: 'סטוריטלינג- פשוט להרגיש סיפור'.

טליה עובדת עם מיטב הידוענים בישראל ביניהם: צופית גרנט, אלי גוטמן, רונית יודקביץ, טל בן חיים, לירון וויצמן, דנית גרינברג, אורין ג'ולי, גלי וורמוט וטובים ורבים אחרים.



## **מה אלמד בקורס של טליה?**

הקורס ילמד אותך כיצד לכתוב סיפור בצורה הנכונה ביותר שתרתק את קהל היעד שלך, תיצור נוכחות ותביא את עצמך או את העסק שלך לידי ביטוי.

## **מה מביאה מעצמה המנטורית לקורס?**

ניסיון של שנים רבות, עבודה עם המרצים המובילים בארץ, חיבור בין עולמות שלא היו מתחברים וכלים להשפעת הסיפור על הסביבה כולה.

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

- היכרות עם הסטוריטלר/ית שבך
- הקניית מיומנויות לכתיבה עדכנית
- כלים לניהול רגשי והחזקת הסיפור כאמוציונלי
- סיפור הסיפור שלך או של העסק בביטחון, נינוחות ובמקצועיות רבה
- התנהלות כסטורטלר בעולם הפרקטי





## "לנצח זה מקצוע. שיטת מליניאק, הצלחה שעובדת" בהנחיית אריה מליניאק

### שיעור ראשון:

#### המשחק:

את מי אנחנו מרמים? בני אדם תמיד משתתפים במשחק כלשהו ותמיד מנצחים במשחקים שהם משחקים. המפסידים פשוט לא מבינים באיזה משחק הם משחקים. מה יהיה "המשחק" שלי לתוכנית?

### שיעור שני:

ההבחנה בין מגרש של פעולה ותוצאה לבין יציע של עצות, פרשנות והסברים.

### שיעור שלישי:

קבלת החלטות ופעולה במצבים של חוסר ודאות.  
המציאות משתנה ובקצב הולך וגובר. חוסר ודאות מפחיד, הפחד משתק. הנוסחה להנעה עצמית.

### שיעור רביעי:

שאלת שאלות, כלי ניהולי רב עוצמה.  
כולם רוצים תשובות, השאלות הן התשובות. השפה שאנחנו מדברים, יוצרת את המציאות בה אנו חיים.

### שיעור חמישי:

עיצוב מטרות כהלכה.  
לאן אנחנו רוצים להגיע בדיוק?

:

### **שיעור שישי:**

לוח תוצאות. איפה אנחנו נמצאים באמת?

### **שיעור שביעי:**

איך נסגור את הפער?

לחשוב מהסוף להתחלה, להציב אבני דרך.

### **שיעור שמיני:**

שינוי פוקוס משנה מציאות.

מעגל מיקוד. במה באמת אנחנו ממוקדים. מה אנחנו לא רואים, שיכול "להרוג" אותנו?

### **שיעור תשיעי:**

הופכים את כולם לאוהדים.

אנחנו לא רוצים "לקוחות" כי הם באים והולכים. מה שאנחנו רוצים באמת זה "אוהדים". איך עושים את זה?

### **שיעור עשירי:**

שלושה שלבים לשינוי.

כללי משחק לשינוי שיתמיד לאורך זמן. תהליך השלמה לתוכנית: מה בוצע? מה לא בוצע? מה חסר? מה נדרש?

\*\* התוכנית מבוססת על חומרים מתוך הספר שלי "לנצח זה מקצוע".  
לברשמים תינתן במהלך הקורס גישה לגרסה הדיגיטאלית של הספר.

# אריה מליניאק



נבחר ע"י 'גלובס' ו'דה מרקר' לאחד מחמשת המרצים המבוקשים בישראל. מנחה סדנאות וקורסים למנהלים, צוותים ובעלי עסקים, בגישה ייחודית שפיתח. הגישה מבוססת על מספר עקרונות מקוריים: כל סיטואציה בחיים ניתנת לניהול כמשחק. בני אדם מתחלקים לשחקנים ולצופים. תוצאות אפשר להשיג רק במגרש. המשחק שאנחנו משחקים, הוא המציאות בה אנו חיים. ניתן ללמוד להמציא משחק, שישרת את התוצאות שנרצה להשיג. המשחק פותח תקשורת, מעלה אנרגיה ויוצר שיתופי פעולה.

**על הקורס:** לנצח זה מקצוע. שיטת מליניאק, הצלחה שעובדת. השראה פרקטית. תהליך מהיר בן 10 מפגשים להשגת התוצאות שאתם רוצים להשיג, בדרך שאתם תבחרו ללכת, בנינוחות ובעוצמה.

**אריה מליניאק** ממובילי תחום האימון בישראל ומראשוני המאמנים העיסקיים בישראל. ניהל את בית הספר למאמני כדורסל במכון וינגייט, והעמיד דור של מאמנים לשעבר מאמן נבחרות ישראל לנוער ובוגרים בכדורסל ייסד וניהל את ליגת הקיץ במשך 10 שנים. ממקימי ליגת הקט-סל בישראל, שהורידה את גיל הכניסה של ילדים לאימוני כדורסל מ-13 ל-7! ב-1992 עמד בראש הועדה לרפורמה בספורט בישראל, שחוללה מהפיכה בכל מבנה מערכת הספורט ואופן הקצאת והזרמת הכספים לענפים ולקבוצות הספורט.

פרשן הכדורסל הראשון בישראל (מ-1979). פרשן ובעל טור ב'ידיעות אחרונות' ו-Ynet, בערוץ הספורט וברדיו ללא הפסקה 'FM103'. הגיש 20 שנה את 'ציפורי לילה', 'יש עם מי לדבר', ופינת ספורט ב'בילוי נעים' עם מולי שפירא בגל"צ.

## **מה אלמד בקורס אצל אריה?**

אריה ילמד אותך לתרגם ידע לתוצאות, לקבל החלטות ולפעול בתנאים של חוסר ודאות, להבין מה אינך רואה אשר תוקע ומבלבל אותך, כיצד ליצור בהירות במציאות המשתנה במהירות, איך להפוך את הלקוחות (וגם את המנהלים/ות והעובדים/ות שלך) לאוהד/ת וכיצד ניתן לחולל שינוי שיתמיד לאורך זמן.

## **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

ידע וניסיון שנצבר במשך עשרות שנות ליווי ואימון מנהלים ובעלי עסקים ובקורסים ברחבי העולם  
כלים לשינוי שיתמיד לאורך זמן  
אפשרויות והזדמנויות חדשות (גם אם לא ניתן לראות אותן כרגע)  
הצלחה מוכחת בעבודה עם אלפי תלמידים, מנהלים, מורים ובעלי עסקים

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

- זיהוי ושליטה בפוקוס
- כלים להגדרת מטרות
- בניית לוח תוצאות ותוכנית עבודה לסגירת הפער
- פריצת דרך בעסק ובחיים האישיים וביחסים עם הסביבה
- השגת תוצאות בדרך נינוחה ומהנה
- מבט לחיים מזווית שונה
- פריצת דרך באמצעות שיתופי פעולה





## "חדשנות עסקית" עם רונן גפני

### שיעור ראשון:

כלכלת היצירה המשותפת – אנחנו במעבר עידנים מעידן הייצור לעידן היצירה. השינוי הזה, בשילוב התהליכים החברתיים והכלכליים שהואצו בתקופת הקורונה יוצרים מציאות כלכלית ועסקית חדשה. מודלים עסקיים משתנים, מבנים ארגונים מתחלפים בחדשים, וטכנולוגיות של Web 3.0 נכנסות לזירה העסקית. איך כל זה משפיע על העסקים שלכם? איך יוצרים ערך חדש בעולם? איך מייצרים שיתופי פעולה חכמים, ולמה היאחזות בתפיסות ישנות של תחרות וההיררכיה יתקעו אותנו מלשגשג בעולם החדש.

### שיעור שני:

משחק פרשביז – פרשביז הוא משחק לפיתוח חשיבה יזמית שפיתח רונן, ואשר הועבר בסדנאות למעל 100,000 מנהלים ויזמים ברחבי העולם בשנים האחרונות. באמצעות חווית המשחק תוכלו לא רק ללמוד, אלה ממש לחוות ולהרגיש את השינוי בתפיסות העולם שלכם. אפשרויות חדשות יפתחו לכם, תוכלו לזהות הזדמנויות חדשות ולהרחיב את נקודות המבט שלכם.

### שיעור שלישי:

ארכיטקטורה עסקית - במפגש הזה ילד אתכם רונן איך מעצבים עסק חכם. מה אנחנו לא עושים נכון שגורם לנו להיות עסקים רב הזמן בלי להתקדם באמת. איך לבנות קבל לקוחות נכון, איך לבנות מודלים עסקיים חדשניים שמתאימים לנו, ואיך לעצב עסקים ששמרתים את החיים שאנחנו רוצים לחיות.



## שיעור רביעי:

שיווק בעידן החדש – רב בעלי העסקים מחזיקים אמונות שתוקעות אותם מלשגשג בתחום השיווק. במפגש הזה נלמד לחשוב כמו עסקים קטנים. למנף את הייחודיות שלנו, לארוז נכון את הערך שאנחנו מביאים לעולם, ולארוז אותו במודלים עסקיים מתאימים. נלמד לחשוב שיווק כחלק מחבילת הערך שלנו לעולם.

## שיעור חמישי:

חדשנות ויצירתיות – אנחנו חיים בעולם שאוהב לשלם על חדשנות ויצירתיות. במפגש הזה רונן ייקח אותנו למסע בין החברות החדשניות ביותר בעולם, וילמד עקרונות פרקטיים לחשיבה יצירתית וחדשנית. חדשנות במיתוג, פיתוח מוצרים, שיווק, שרות לקוחות, ועוד.

## שיעור שישי:

יזמות עתיד – NFT – רב האנשים מסתכלים על העתיד וחושבים שהוא יראה קצת כמו ההווה רק עם עוד סדרה של שינויים. האמת לא יכולה להיות רחוקה יותר מזה. העתיד עומד להיות שונה לחלוטית. כלים טכנולוגיים ומודלים חדשים של חיים עומדים לייצר שווקים חדשים לגמרי, ולחסל שווקים קיימים. כמות האפשרויות היא אין סופית אם יודעים לייצר תמונת עתיד נכונה. במפגש הזה נפגוש מונחים כמו NFT, WEB 3.0, קריפטו, ומבנים מבוזרים, ונבין מה המשמעויות האמיתיות על העסקים שלכם כבר היום.

## שיעור שביעי:

מבנים חדשים בכלכלת היצירה המשותפת – אם המבנים הישנים קורסים, כיצד יראו המבנים החדשים? במפגש הזה יחשוף רונן מודלים וכלים שבאמצעותם תוכלו ללמוד איך באמת תוכלו לשתף פעולה עם מאות שותפי יצירה נוספים. כיצד תוכלו לבנות נכסים פיננסיים שמבוססים על הכישרון שלכם. כיצד תוכלו לייצר פי 10 מהתוצאות שלכם היום בהרבה פחות מאמץ, ואיך נחיה בעולם שבו העסקים שלנו הם אקולוגיים וידידותיים לסביבה ולאיכות החיים שלנו.



אסטרטגיית וודסטוק" - מסע מרתק אל פסטיבל המוזיקה המשמעותי ביותר בעולם ואילו שעורים אפשר ללמוד ממנו על יזמות, פתרון בעיות, חדשנות, תקשורת, בניית קהילה, ועוד.  
מפגש מרומם נפש שייקח אתכם בו זמנית במסע אל העבר ואל העתיד.

### **שיעור תשיעי:**

"כוחה של מצגת" - מפגש סופר פרקטי על בניית מצגות והעברת מסרים. רונן יחשוף בפניכם את הרעיונות והטכניקות שהוא משתמש לאורך השנים ביצירה של עשרות מצגות ותכנים, שהועברו באלפי הרצאות בפני מאות אלפי אנשים לאורך השנים. מההנהלות הבכורות של החברות המובילות בעולם כגון מיקרוסופט ופראדה, דרך קורסים לסטודנטים במנהל עסקים, ועד לבמת TEDx.

### **שיעור עשירי:**

מפחד לחופש - מפגש מיוחד שנוגע בעולמות ההתפתחות האישית. את כל מ שתואר, נלמד ונחווה במפגשים הקודמים לא נוכל ליישם בהצלחה אם המנגנונים הפנימיים שלנו לא יהיו מכוילים על התדר הנכון. נצא למסע מפחד לחופש בו נבין את שורשי הפחדים הפרטיים שלנו והכלל אנושיים, ונהפוך אותם לתודעה של חופש. זה מפגש משנה חיים ללא קשר לעסק שלכם, והוא יאפשר לכם לממש חיים שחופש ויצירה.



# רון גפני



**קורס "חדשנות עסקית"** מיועד לבעלי עסקים ויזמים (ולאלו שרוצים להקים עסקים וטרם התחילו), ומטרתו היא לתת כלים ותודעה של עולם חדש, שיאפשרו לייצר עסקים חכמים, יעילים וחדשניים.

העולם שבו אנחנו חיים משתנה בקצב מטורף, וכדי לבנות עסקים ויזמויות חכמות, עלינו תחילה להבין את השינויים שמתחוללים, את המשמעויות וההשפעות שלהם עלינו ועל אחרים, ולייצר חדשנות שתביא ערך חדש וממשי בעולם המתחדש.

כמעט כל תחום בחיינו משתנה. מבנים ישנים קורסים, הפסיכולוגיה של הלקוחות שלנו משתנה, הרצונות של השותפים והעובדים שלנו, הטכנולוגיה, מבנים ארגוניים, מודלים עסקיים, ועוד.

בקורס "חדשנות עסקית" רון ייקח אתכם למסע שעובר דרך תודעה, יזמות, עסקים, פילוסופיה, התפתחות אישית וטכנולוגיה כדי להבין את המהלכים המתרחשים וכדי למנף אותם ליצירת עסקים חכמים, מתקדמים וחדשניים שמחברים לקריאה הפנימית האמיתית שלכם ולאזורי הגאונות שלכם.

**על רון גפני :** פילוסוף עסקי, יזם, מייסד ומפתח משחק היזמות פרשביז. מחבר משותף של הספר "היזמים החדשים", מרצה TEDx, מנחה ומאמן בינלאומי. שותף מייסד ב "בודיה" - פלטפורמה ליצירה משותפת

את משחק העסקים שלו פרשביז, חוו מעל 100,000 במעל 30 מדינות בעולם. ספרו היזמים החדשים תורגם ל 3 שפות ונקרא על ידי אלפי אנשים ברחבי העולם.

עוד על רון אפשר ללמוד באתר האינטרנט שלו [www.ronengafni.com](http://www.ronengafni.com)



## **מה אלמד בקורס של רונן?**

בקורס ילמד אותך רונן להתבונן על המציאות בה אנו חיים בזווית אחרת, לשאול שאלות חדשות שיולידו תשובות חדשות ולחבר בין התשוקה שלך לבחירות העסקיות באמצעות "מסע אל העתיד".

## **מה מביא מעצמו המנטור לקורס?**

ניסיון מקצועי רב בעולמות השיווק, היזמות, הטכנולוגיה ועוד.

## **עם איזה כלים אצא מהקורס?**

חשיבה יצירתית

- הבנה לאן הולך העולם ומה אצטרך בעסק
- יצירת שת"פ חכמים
- בנייה נכונה של העסק
- ארכיטקטורה עסקית
- כלים לשיווק בעולם החדש
- מודלים של יצירה משותפת ושיתופי פעולה חכמים
- עקרונות בחשיבה יצירתית
- מודלים עסקיים חדשים הניתנים ליישום בעסק



## "להמציא את עצמך מחדש" בהנחיית ערן שטרן

### שיעור ראשון

#### להתניע את מנועי התשוקה בחיים שלנו

שום דבר בחיים שלנו לא יזוז ולא יתקדם בלי הכוח האנרגטי של תשוקה המניעה אותנו. תשוקה היא מנוע רב עוצמה אם משתמשים בו כראוי. מהם ארבעת מנועי התשוקה בחיים שלנו וכיצד ניתן לעורר אותם לחיים?

### שיעור שני

#### התפתחות של מודעות

על מנת שניפתח לאפשרויות ולהזדמנויות חדשות, יש לפתח ולהעלות באופן עקבי ומתמשך את המודעות שלנו. במפגש נלמד מהן 7 רמות המודעות השונות וכיצד ניתן לעלות מאחת לשנייה באופן מכוון ויזום.

### שיעור שלישי

#### השרירים שצריך לפתח

מהם ששת השרירים והיכולות החשובות שעלינו לפתח בעצמנו על מנת לפעול בעולם החדש בצורה מקדמת, אחראית ומתפתחת.

### שיעור רביעי

#### הצלחה היא Over Rated

כולם רוצים להצליח, אבל דווקא בכישלונות שלנו טמונה ההתפתחות הכי גדולה שלנו, וגם ההזדמנויות ללמוד וליצור דברים חדשים בחיים שלנו. מרבית האנשים יעדיפו להימנע מכישלון ובכך יעכבו וימנעו מעצמם את ההצלחה שהם רוצים. במפגש נלמד ונתרגל כיצד ניתן להתאושש מכישלונות ולהתפתח מהם

## שיעור חמישי

### הכוח החזק ביותר בעולם

כיצד לרתום את הכוח החזק ביותר של תת המודע שלנו למימוש ולהגשמה של הרעיונות החדשים שלנו.

## שיעור שישי

### מאיפה מגיעים הרעיונות החדשים

מהם התהליכים, הכלים וההרגלים שנרצה לסגל לעצמנו על מנת להפוך את עצמנו ל"מכונת רעיונות" המנפיקה לנו כיוונים חדשים ושיפתחו בפנינו אפשרויות והזדמנויות חדשות.

## שיעור שביעי

### הצעד הראשון

כיצד מיצרים ומטמיעים בתוכנו מיינדסט של התנסויות חדשות, יצירת חוויות ולמידה מהן, ככלי מעשי לכוון אותנו לכיוונים הנכונים והמדויקים עבורנו

## שיעור שמיני

### יוצרים סביבה חדשה

הסביבה שאנו יוצרים סביבנו היא אחד הכוחות המשמעותיים ביותר שיעזרו (או יפגעו) ביכולת שלנו להמציא את עצמנו מחדש וליצור דברים חדשים בחיינו. כיצד באופן אקטיבי נוכל ליצור לעצמו סביבה בריאה, מקדמת, מפתחת ותומכת להתפתחות העתידית שלנו.

## שיעור תשיעי

### איך לא להיתקע מול השינוי הנדרש

אבולוציונית המוח שלנו בנוי לשנוא שינויים. יותר מכך, הוא בנוי כדי להגן עלינו מפני שינויים. על מנת להצליח ולעשות את השינוי עלינו להטמיע מעקפים שיעזרו לנו להמציא את עצמנו מחדש.

## שיעור עשירי

### שינוי והשתנות כמערכת של איזונים

מהן הפרקטיקות המעשיות שיעזרו לנו להטמיע את ה"אני" החדש במציאות חיינו, מבלי להסתכן או לעשות מהלכים שאנו לא יכולים להכיל כעת. איך ניתן להבשיל את עצמנו לזמן הנכון לעשות את השינוי.



## על הקורס "להמציא את עצמך מחדש"

בעולם של היום, כאשר הכל זז ומשתנה כל הזמן, גם אנחנו כבני אדם צריכים להתאים את עצמנו ולהשתנות בהתאם. בנוסף לכך, הכוחות הפנימיים של הנפש שלנו, כל הזמן ידרשו מאיתנו להשתנות, להשתפר ולהתפתח.

אבל כבני אדם אנו מכורים לנוחות שלנו, לוודאות, למוכר ולידוע. גם אם הוא לא אידיאלי ולא אופטימלי עבורנו.

בקורס "להמציא את עצמך מחדש" המשתתפים יעברו ויחוו תהליך עוצמתי שיפתח בהם את הכישורים והיכולות ליצור בחייהם את "האני" החדש שלהם. בכל תחום בחיים שלהם: בעיסוק, במערכות היחסים, בהכנסות, בסיפוק ובהגשמה שלהם.

הקורס בנוי משלושה חלקים: הראשון של תודעה ומיינדסט הנדרשים לתהליך, השני הוא שלב של חקירה וחיפוש של "הדבר הבא" שלנו, והשלישי הוא יצירה של מבנים תומכים בחיים שלנו שיסייעו לנו להתמיר ולשנות את עצמנו לדבר החדש שמצאנו. כל מפגש בנוי מתוכן תאורטי שאחריו המשתתפים יתרגלו באופן מעשי את שלמדו.

# ערן שטרן



## ערן שטרן

הוא מנטור עסקי, מחבר רב-המכר "להגשים - מימוש אישי וכלכלי בעולם מלא אפשרויות" ו"להתעורר - מדריך מעשי לשכירים שמתלבטים אם להישאר... או להשתחרר", מרצה מבוקש, ומומחה ליצירת שינויים גדולים ופריצות דרך בחייהם של אנשים. שטרן בעל ניסיון של שנים בניהול וליווי אנשים להשגת תוצאות פורצות דרך בחייהם.

אליו פונים מנכ"לים ובעלי עסקים שמחפשים דרך להגדיל את הרווחיות של העסקים שלהם, עובדים ומנהלים שמעוניינים לקדם את עצמם לרמות השפעה גבוהות יותר, אנשים ויזמים שמחפשים את הדרך העצמאית שלהם לעסוק במה שהם אוהבים ותוך כדי כך, גם להגשים את עצמם כלכלית.

## מה אלמד בקורס של ערן?

ערן ילמד אותך להתאים את עצמך לתקופה של שינויים ומציאות דינמית, למצוא את הדבר הבא הנכון ביותר עבורך ולהמציא את עצמך מחדש.

בכל מפגש יתקיים תרגול עיוני ומעשי שניתן לתרגל גם בשאר ימות השבוע, בחיך האמיתיים.

## מה מביא מעצמו המנטור לקורס?

חוויה אישית

ניסיון חיים וניסיון מקצועי

## עם איזה כלים אצא מהקורס?

- יכולת המצאה של עצמך מחדש
- כלים להגשמה עצמית
- פרקטיקה