



מדריך קורסים המעוף שלך להשכלה



תכ-און
שרותי ניהול בע"מ

הסתדרות המעוף
מנהיגות. מקצועיות. עשייה.



"העמותות לקידום מקצועי" מבית הסתדרות המעו"ף שמו להן למטרה להוביל את תחום השכלת העובדים בסקטור הציבורי ומימוש זכאותם לגמול השתלמות בשכר.

צוות מערך ההשכלה פועל רבות על מנת להנגיש את הלימודים לעובד, הן מבחינה גאוגרפית והן מבחינה כלכלית, באמצעות מאות קורסים מקצועיים ומסובסדים במגוון נושאים בכל רחבי הארץ ובמקומות העבודה. מדי שנה אנו מייצרים פרויקטים חדשים, מוסיפים נושאי לימוד מרתקים ומעניקים לכם תכניות לימודים מגוונות, מעניינות ומאתגרות. ולראייה, אנו עדים למגמת גידול משמעותית בהיקף הפעילות

במהלך השנים האחרונות הכשיר מערך ההשכלה עשרות אלפי עובדים שלוקחים חלק בפעילות הענפה, מרחיבים את השכלתם, ומממשים את זכותם לגמול השתלמות. אנו רואים חשיבות רבה בפיתוח והעצמת ההון האנושי על ידי קיום קורסים איכותיים ומקצועיים המספקים רכישת ידע, הרחבת אופקים והעשרה מקצועית לעובד.

בעקבות מגמת הגידול וההתפתחות, וההכרה ההולכת וגוברת בחשיבותה של פעילות ההדרכה בארגונים, הפקנו עבורכם את מדריך הקורסים של העמותות לקידום מקצועי. מדריך הקורסים המובא לפניכם הינו כלי עזר משמעותי המאגד בתוכו את מגוון הקורסים לגמול השתלמות, סדנאות וימי העיון היחודיים שאנו מציעים לשירותכם.

אנו שמחים ונרגשים להציג את מדריך הקורסים של העמותות לקידום מקצועי, ומזמינים כל אחד ואחת מכם לקחת חלק בפעילות הענפה ולהירשם לקורסים באזור מגוריכם או במקומות העבודה ולממש את זכותו.

צוות מערך ההשכלה ישמח לעמוד לשירותכם בכל עת.

בברכת הצלחה בלימודים,

דקלה קליין

מנהלת תחום השכלה ולימודים

וצוות מערך ההשכלה

גמול ההשתלמות - הנחיות כלליות

העמותות לקידום מקצועי חברתי הוקמו בשנת 1999 בעקבות ההסכם הקיבוצי בין ההסתדרות, משרד האוצר והמעסיקים. במסגרת ההסכם ניתנה לעובדים הזכות להצטרף לעמותות לקידום מקצועי, במטרה לאפשר להם ללמוד ולהרחיב את השכלתם, ליהנות ממגוון סמינרים איכותיים, להתקדם במקום העבודה ולשפר את איכות חייהם.

המעוף שלך להשכלה בעמותות בשיתוף ועדי העובדים, פועלים רבות על מנת להוביל את כלל העמיתים לזכאות לגמול השתלמות בשכר, וזאת באמצעות מאות קורסים בפריסה ארצית בעלות מסובסדת של 190 ש"ח לכל 50 שעות.

גמול השתלמות, הנו צבירת שעות לימוד בנושאים רלוונטיים לתפקיד ולעיסוק, החל מהרחבת השכלה כללית והעשרה וכלה בנושאים ייחודיים לתפקיד. צבירת שעות לגמול מקנה (בסיום הקורסים) תוספת משמעותית לשכר, המהווה גם רכיב פנסיוני בהתאם להסכם הקיבוצי.

אישור גמול ההשתלמות, מותנה בביצוע של מינימום 500 שעות לימוד, בהתאם לטבלת הוותק בשכר, כאשר 200 שעות לימוד בתחום המקצועי ויתרת השעות הן שעות העשרה.

לשימושכם, סל שעות הלימוד ביחס לוותק בשכר

שעות נדרשות	וותק בתחום העיסוק
1200	עד שנה
1100	עד שנתיים
1000	עד 4 שנים
900	עד 6 שנים
800	עד 8 שנים
700	עד 10 שנים
600	עד 12 שנה
500	12 שנה ומעלה

- העמותה משאירה לעצמה את הזכות לשנות את מועד הקורס, במידת הצורך, באמצעות הודעת SMS.
- ההרשמה לקורסים הינה בנוסף למימוש הזכאות בסמינרים בבתי מלון.
- ההרשמה לקורסים כרוכה בתשלום מראש של שכר הלימוד באמצעות כרטיס אשראי.
- במקרה של שינוי / ביטול ההשתתפות בכל מועד לאחר ביצוע ההזמנה יגבו דמי טיפול בסך של 50 ₪ להזמנה.
- במידה והביטול יחול בתקופה עד יומים ממועד פתיחת הקורס, יגבו דמי ביטול מלאים, דהינו עלות השתתפות הקורס.

תוכן העניינים

עמוד	היקף הקורס	נושא הקורס	
12	40	פיתוח מציונות	ניהול והעצמה
13	40	ניהול זמן	
14	50	עבודת צוות	
15	40	קבלת החלטות	
16	40	פיתוח קריירה	
17	50	ניהול משאבי אנוש	
18	50	מנהל עסקים	
19	60	מבוא למינהל ציבורי	
20	60	מינהל השלטון המקומי	
21	40	ניהול איכות ואבטחת איכות - קצר	
22	100	ניהול איכות ואבטחת איכות - ארוך	
23	40	שיווק ומכירות - קצר	
24	100	שיווק ומכירות - ארוך	
25	40	ניהול פרויקטים - קצר	
26	90	ניהול פרויקטים - ארוך	
27	40	מנהיגות קהילתית - קצר	
28	90	מנהיגות קהילתית - ארוך	
29	40	יזמות עסקית	
30	40	שיפור תדמית אישית ועסקית ותמיכה מקצועית	
31	40	ניהול ופילוסופיה הלכה למעשה / ניהול ומנהיגות	
32	40	ניהול כללי	
33	40	פיתוח הזיכרון	

עמוד	היקף הקורס	נושא הקורס	
36	40	גישור - קצר	משפט וכלכלה
37	100	גישור - ארוך	
38	50	יחסי עבודה ודיני עבודה	
39	60	מבוא לקרימינולוגיה	
40	40	מבוא לכלכלה - קצר	
41	100	מבוא לכלכלה - ארוך	
42	40	ניהול משא ומתן ופתרון קונפליקטים	
43	40	בוררות	
44	40	שוק ההון - קצר	
45	100	שוק ההון - ארוך	
46	40	חוזים, מכרזים והתקשרויות	

48	40	תקשורת ארגונית	ניהול ארגוני
49	100	ניהול ידע בארגונים	
50	50	שינוי ארגוני	
51	40	אתיקה בארגונים	
52	60	מבוא לסוציולוגיה/ לפסיכולוגיה להתנהגות ארגונית	
53	40	טיפול בפניות הציבור - קצר	
54	90	טיפול בפניות הציבור - ארוך	
55	40	איכות, מצוינות, שיפור השרות וניהול - קצר	
56	100	איכות, מצוינות, שיפור השרות וניהול - ארוך	
57	100	מזכירות בכירות	
58	100	בטיחות בעבודה	
59	100	מנהל עסקים במערכת הבריאות	
60	100	ניהול רכש ולוגיסטיקה	
61	40	אבות בית במסגרות החינוכיות	
62	40	מנהלי תחזוקה ובטיחות בארגון	

עמוד	היקף הקורס	נושא הקורס	חברה ותקשורת
64	60	מבוא לסוציולוגיה / לפסיכולוגיה חברתית	
65	50	מבוא למשטר מדינת ישראל	
66	40	ביטחון וטרור	
67	40	המגזר הערבי בישראל	
68	50	ההיסטוריה של המזרח התיכון / הסכסוך היהודי-ערבי	
69	50	מבוא לחברה בישראל	
70	40	תהליך הגלובליזציה	
71	40	תקשורת שיווקית ופרסום	
72	60	הזירה התקשורתית (תקשורת המונים)	
73	50	עיתונאות	
74	40	יחסי ציבור ודוברות	
75	50	שיווק באינטרנט	
76	60	עריכה לשונית	
77	100	עריכה לשונית וכתיבה מנהלית	

80	60	מבוא לפסיכולוגיה	פסיכולוגיה התנהגותית
81	40	אסרטיביות	
82	40	שפת גוף ותקשורת בלתי מילולית	
83	40	תקשורת בינאישית	
84	40	אינטליגנציה רגשית	
85	40	חשיבה וחשיבה יצירתית	
86	40	לחץ ושחיקה	
87	40	סדנא להפגת מתחים	
88	40	מניעת הטרדה מינית	
89	40	מניעת אלימות במשפחה	

עמוד	היקף הקורס	נושא הקורס	
92	40	מגדר ועולם העבודה	שיוויון מגדרי
93	40	ניהול משאבי אנוש במבט מגדרי	
94	40	העצמת נשים	

96	50	איכות הסביבה	עידן חדש
97	40	לימודי פנאי - קצר	
98	100	לימודי פנאי - ארוך	
99	50	אימון בסיסי	
100	40	גרונטולוגיה והכנה לפרישה - קצר	
101	100	גרונטולוגיה והכנה לפרישה - ארוך	
102	40	כישורי חיים מנצחים NLP	
103	100	הנחיית קבוצות	
104	40	הכנה לפרישה	
105	40	אורח חיים בריא בשיטת הרמב"ם	
106	40	בינה מלאכותית יוצרת Ai	
107	40	לוגותרפיה ככלי להתמודדות עם אתגרי העולם החדש	

110	40	הום סטיילינג	קורסים בשיתוף האוניברסיטה הפתוחה
111	40	הנחיית קבוצות	
112	40	פיתוח מנהלות	

114	60	הכשרת דירקטורים/ות	הכשרה מקצועית
115	60	הכשרת מגשרים	
116	246	מזכירות רפואיות	
117	316	הנהלת חשבונות 2+1	

120	40	עובדים בחיוביות - פסיכולוגיה חיובית	מכון אדלר תקשורת מיטבית בעבודה ובמשפחה
121	40	דרכי חינוך בהורות	
122	40	תקשורת מקרבת	
123	40	פיתוח חוסן אישי ומשפחתי	
124	40	כלים להבנת התנהגות האדם	

עמוד	היקף הקורס	נושא הקורס	
126	חד פעמי	אורח חיים בריא	סדנאות וימי עיון
127	חד פעמי	בזכות השרות	
128	חד פעמי	חוק ומגדר - הטרדה מינית גבולות גזרה	
129	חד פעמי	להיות שכיר לפרוש עשיר	
130	חד פעמי	לחיות את החיים באנרגיה ותשוקה	
131	חד פעמי	בינה מלאכותית יוצרת	
132	חד פעמי	קומדיה של מסיכות	
133	חד פעמי	תבונת האילתור	
134	חד פעמי	יפוי כוח מתמשך	
135	חד פעמי	התעמרות במקום העבודה	
136	חד פעמי	חוסן אישי במצבי משבר	
137	חד פעמי	יזמות וחדשנות	
138	חד פעמי	הגשת עזרה ראשונה	

140	100	יישומי מחשב	מחשבים
141	40	הכרת המחשב והאינטרנט	
142	40	גיליון אלקטרוני למתחילים	
143	40	גיליון אלקטרוני למתקדמים	
144	40	מעבד תמלילים למתחילים	
145	40	מעבד תמלילים למתקדמים	
146	40	בניית מצגות למתחילים	
147	40	בניית מצגות למתקדמים	

150	44	הגשת עזרה ראשונה	עזרה ראשונה
-----	----	------------------	-------------

152	60	אנגלית מדוברת	בית הספר לשפות
153	60	ערבית מדוברת	
154	60	צרפתית מדוברת	
155	60	ספרדית מדוברת	
156	40	שפת הסימנים	



ניהול והעצמה

תמצית הקורס:

מצוינות היא מילת המפתח למימוש עצמי בכל אחד מתחומי העיסוק ותחומי החיים. תכנית הקורס עוסקת בפיתוח מצוינות בעבודה ובחיים האישיים ובמושגי יסוד כגון מנהיגות וכריזמה ככלי למצוינות אישית.

מטרות הקורס:

- הכרת הכלים למימוש מיטבי של הפוטנציאל האישי והארגוני

נושאים עיקריים:

- ☐ אסטרטגיה להשגת יעדים
- ☐ התמודדות עם שינויים
- ☐ טכניקות לפיתוח הזיכרון
- ☐ מושגי יסוד למצוינות
- ☐ מיומנויות להפעלת הפוטנציאל האישי
- ☐ אפקטיביות ודרכים להשגת מצוינות
- ☐ מצוינות ותרבות ארגונית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

הזמן הוא משאב חיוני שתמיד נמצא במחסור. ניהול זמן אפקטיבי, יביא לשיפור איכות החיים ולתפקוד יעיל בעבודה. תכנית הקורס מתמקדת בהבנת הזמן כמשאב והצורך בניהול זמן אפקטיבי והתמודדות נכונה עם לחצי זמן ועומס בעבודה ובבית.

מטרות הקורס:

- הכרת עקרונות ושיטות לניצול וניהול יעיל של משאב הזמן

נושאים עיקריים:

- ☐ סקירה תיאורטית של ניהול זמן
- ☐ עקרונות ומטריצות ניהול זמן
- ☐ גורמים המשפיעים על ניהול זמן (פנימיים, חיצוניים, אנושיים)
- ☐ תכנון והצבת יעדים
- ☐ זרימת תהליך התכנון במונחי זמן
- ☐ כלים ושיטות לניהול אפקטיבי של זמן

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

מפגש קבוצתי אפקטיבי מאפשר תהליכי קבלת החלטות באופן יצירתי. ניתן לבחון את הקיים, להסתכל על המצב באופן שונה, לנסות להפוך אותו ליעיל ואיכותי יותר. תכנית הקורס עוסקת בדרכים לשיפור וייעול עבודת הצוות ולהפקת תוצאות טובות יותר באווירה נעימה יותר.

מטרות הקורס:

- הכרה והבנת הדינאמיקה המתרחשת בקבוצת עובדים
- הבנת והכרת הכלים והמיומנויות להובלת צוותי עבודה אפקטיביים

נושאים עיקריים:

- ☐ אפיון הצוות האפקטיבי
- ☐ עקרונות וכלים לשיפור ניהול צוות עובדים (מיקוד, פומביות, איזון, שיטתיות)
- ☐ שלבים בהתפתחות צוות
- ☐ סגנונות ומיומנויות בניהול צוות (תוכן ותהליך)
- ☐ תהליכים קבוצתיים בקבלת החלטות
- ☐ ניהול ישיבות צוות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

קבלת החלטות היא חלק משגרת העבודה של כל עובד בכל דרגה ותפקיד בארגון. תכנית הקורס מתמקדת במושגי יסוד בתחום, לרבות הכרות עם המודלים והכלים לתכנון תהליך קבלת החלטות.

מטרות הקורס:

- העמקת הידע והבנת תהליכי החשיבה וההתנהגות של מקבלי ההחלטה בתהליכים יחידניים וקבוצתיים.

נושאים עיקריים:

- ☐ מהי החלטה ותהליכי קבלת החלטות
- ☐ תבניות חשיבה בתהליך קבלת החלטות
- ☐ טכניקות בחקר החשיבה, בפתרון בעיות ובקבלת החלטות
- ☐ סיווג בעיות והחלטות
- ☐ התהליך האנליטי
- ☐ פיתוח וניסוח חלופות לצורך קבלת החלטות
- ☐ חולשות ומגבלות אנוש והחשיבה הרציונאלית בקבלת החלטות
- ☐ מודלים חלופיים בקבלת החלטות
- ☐ קבוצות ומנהיגים
- ☐ תהליכים קבוצתיים קלאסיים בקבלת החלטות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

לפיתוח הקריירה והזהות המקצועית יש השפעה אדירה על איכות החיים ותחושת הערך העצמי. תכנית הקורס עוסקת בפיתוח חשיבה נכונה לבחירת מקצוע ופיתוח קריירה תוך הכרת מושגים מרכזיים בתחום וחשיפה לתאוריות מרכזיות בנושא.

מטרות הקורס:

- הכרת מקומה של הקריירה בעולם משתנה
- הכרת הבסיס התיאורטי ויישומיו להתפתחות קריירה ולבחירת מקצוע

נושאים עיקריים:

- ❑ עבודה, מקצוע וקריירה
- ❑ התפתחות הקריירה על פי פרדיגמה מיטבית
- ❑ בחירה מקצועית ובגרות מקצועית
- ❑ תכנון והתפתחות קריירה בעולם הפוסט-מודרני
- ❑ גישות ותיאוריות בבחירת מקצוע ובהתפתחות קריירה
- ❑ חינוך לקריירה בגישה מערכתית אינטגרטיבית
- ❑ זהות האני, זהות מגדרית וזהות מקצועית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

המשאב העיקרי של כל ארגון הוא העובד. תכנית הקורס תקנה ידע מקצועי מתקדם בניהול המשאב האנושי בארגון ובפיתוח מיומנויות תקשורת הדרושות למילוי תפקידים בתחום.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע כללי והכרת כלים לניהול המשאב האנושי בארגון

נושאים עיקריים:

- ☐ תיאוריות וגישות בניהול משאבי אנוש בארגון
- ☐ גיוס עובדים ומיון
- ☐ הדרכה ופיתוח עובדים
- ☐ טכניקות במדידה ובהערכה
- ☐ גישות בהנעת עובדים
- ☐ עקרונות וסגנונות בניהול
- ☐ סוגיות משפטיות בדיני וביחסי עבודה
- ☐ שירותי רווחה ואיכות חיים בעבודה
- ☐ תהליכי קבלת החלטות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

המנהלים בעידן המודרני עומדים בפני אתגרים ניהוליים אשר מחייבים אותם לגלות בקיאות ולהעמיק בתחומי הניהול השונים. רכישת ידע, כלים ומיומנויות ניהוליות עדכניות הם חיוניים להצלחה בקריירה העסקית ולהצלחת הארגון.

מטרות הקורס:

- הרחבת הידע הניהולי, הכרת כלים יישומיים בתהליכי קבלת החלטות פיננסיות וניהוליות, הבנת תחום הניהול העסקי

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לחשבונאות פיננסית
- ☐ ניתוח דו"חות כספיים
- ☐ מבוא לארגון ולמינהל
- ☐ אסטרטגיה עסקית
- ☐ יזמות ותוכנית עסקית
- ☐ דיני מיסים
- ☐ דיני עסקים
- ☐ יסודות המימון
- ☐ דיני עבודה
- ☐ תקצוב ותמחור ניהולי
- ☐ שוק ההון וניירות ערך
- ☐ מיומנויות ניהול ותהליכי קבלת החלטות
- ☐ המחשב ככלי ניהולי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

למינהל הציבורי השפעה משמעותית על חיי האזרחים ועל המשק. תכליתו של קורס זה היא להקנות מושגי יסוד, גישות תאורטיות ומודלים יישומיים הכרוכים בהבנת המינהל והניהול הציבורי.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע בנושאים הקשורים לעשייה המנהלית
- הכרת מערכות המינהל הציבורי ותפקודן בסביבתן הפוליטית

נושאים עיקריים:

- ☐ מהות תורת המינהל וייחודיותו של המינהל הציבורי
- ☐ התפתחות המחשבה הניהולית
- ☐ גישת המערכות למינהל
- ☐ התופעה הביורוקרטית
- ☐ הארגון הפורמאלי
- ☐ מרכז וביזור - סגנונות המבנה הארגוני
- ☐ סמכות ועוצמה בארגון הפורמאלי
- ☐ המנהיגות בארגון הפורמאלי
- ☐ הגורם האנושי והחברתי במינהל
- ☐ מופעי מינהל נבחרים: תקשורת, תיאום ובקרה
- ☐ תהליכי קבלת החלטות במינהל
- ☐ חידושים ושינויים בארגון

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

בשנים האחרונות התפתחה מודעות רבה לשיפור איכות המינהל הציבורי במגזר הממשלתי ובשלטון המקומי. הקורס נוגע בתהליכים שלטוניים ואסטרטגיים, שמצויים בבסיס המערכת המוניציפלית ומשפיעים על החלטות יומיומיות. תכנית הקורס עוסקת במאפייני השלטון המקומי בישראל ומקנה כלים לאיכות שיפור השירותים ברשות המקומית.

מטרות הקורס:

- הכרת המאפיינים והתיאוריות העיקריות בתחום המוניציפאלי
- הכרת השלטון המקומי ומרכיביו במערכת הדמוקרטית

נושאים עיקריים:

- ☐ השלטון המקומי - רקע היסטורי
- ☐ מאפייני השלטון המקומי בישראל
- ☐ התפתחות ושינויים בשלטון המקומי בישראל
- (חוק בחירה ישירה, חוק חדש רשויות מקומיות, חוקי יסוד השלטון המקומי)
- ☐ רפורמות בשלטון המקומי
- ☐ מרכז השלטון המקומי בישראל
- ☐ התייעלות ותהליכי איכות בשלטון המקומי
- ☐ הליכי הביקורת בשלטון המקומי
- ☐ איחוד רשויות מקומיות
- ☐ סוגיית המועצות הדתיות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

ניהול איכות ואבטחת איכות - קצר

תמצית הקורס:

תכנית הקורס ניהול ואבטחת איכות עוסקת במודלים למציאות ארגונית ועקרונות לאבטחת האיכות בתהליך העבודה. הקורס מקנה כלים לאבטחת איכותם המוקפדת של שירותים ומוצרים לאורך כל תהליכי ושלבי הייצור.

מטרות הקורס:

- הכרת גישות וכלים יישומיים של מסגרות ניהול איכותי (תקנים וכו')

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לאבטחת איכות
- ☐ מושגים, תפיסות וגישות
- ☐ עקרונות הנדסת אמינות
- ☐ תכנון ובקרת תהליכי עבודה
- ☐ עקרונות בקרת איכות
- ☐ בקרת תהליך סטטיסטית
- ☐ ניהול שביעות רצון הלקוחות
- ☐ פעולות מתקנות ופעולות מונעות
- ☐ תהליכי שיפור
- ☐ סקירת גישות לניהול איכות, מדדים ועלויות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

ניהול איכות ואבטחת איכות - ארוך

תמצית הקורס:

תכנית הקורס ניהול ואבטחת איכות עוסקת במודלים למצוינות ארגונית ועקרונות לאבטחת האיכות בתהליך העבודה. הקורס מקנה כלים לאבטחת איכותם המוקפדת של שירותים ומוצרים לאורך כל תהליכי ושלבי הייצור.

מטרות הקורס:

- הכרת גישות וכלים לאבטחת איכות
- יישומי אבטחת איכות ברמות המוצר, השירות, התהליך והארגון

נושאים עיקריים:

- ❑ עקרונות אבטחת איכות
- ❑ מושגים, תפיסות וגישות
- ❑ תקנים למערכות איכות מגזריות (בארץ ובינ"ל)
- ❑ מודלים של מצוינות ארגונית
- ❑ איכות במחזור חיי המוצר
- ❑ שיטות כמותיות באבטחת האיכות
- ❑ מערכות ארגוניות תומכות (שיטות שיפור, צוותי שיפור, מעגל השיפור)
- ❑ מבדקים פנימיים
- ❑ מדידת איכות
- ❑ מדדי איכות
- ❑ עלויות האיכות
- ❑ מערכות ניהול איכותיות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

תהליכי השיווק מהווים את הפעילות העסקית שבאמצעותה הארגון מקדם את מכירות מוצריו או שירותיו, או יוצר להם ביקוש בקרב לקוחות פוטנציאליים. בסביבה התחרותית בה אנחנו חיים, תחומי השיווק, הפרסום והמכירות מקיפים אותנו מכל עבר. תכליתו של קורס זה היא להקנות הכרות עם עולם השיווק ומיומנויות המכירה.

מטרות הקורס:

- הכרות עם מיומנויות המכירה והתקשורת השיווקית
- הכרת כלים לעבודה עם קהל ומיומנויות פרזנטציה

נושאים עיקריים:

- ☐ עקרונות המכירה
- ☐ תקשורת בינאישית
- ☐ ביסוס המכירה
- ☐ תכנית שיווק
- ☐ תקשורת שיווקית ופרסום
- ☐ מיומנויות בניהול מכירות ושיווק

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

תהליכי השיווק מהווים את הפעילות העסקית שבאמצעותה הארגון מקדם את מכירות מוצריו או שירותיו, או יוצר להם ביקוש בקרב לקוחות פוטנציאליים. בסביבה התחרותית בה אנחנו חיים, תחומי השיווק, הפרסום והמכירות מקיפים אותנו מכל עבר. תכליתו של קורס זה היא להקנות הכרות והבנה מעמיקה עם עולם השיווק ומיומנויות המכירה.

מטרות הקורס:

- לימוד השימוש היעיל בעקרונות השיווק האסטרטגי
- הבנת השוק וצרכיו, הבנת כללי השיווק, ניתוח שווקים
- קביעת יעדים והפעלת חדשנות מתמדת

נושאים עיקריים:

- | | |
|--|---|
| ☐ התנהגות צרכנים | ☐ ניהול מותגים |
| ☐ שיווק באינטרנט | ☐ ניהול תקשורת שיווקית |
| ☐ כלים סטטיסטיים וחקר ביצועים | ☐ ניהול ערוצי שיווק |
| ☐ תפיסות השיווק והשוק | ☐ מחקרי שוק |
| | ☐ ניהול שיווק גלובלי |
| | ☐ הכנת תוכנית שיווקית |
| | ☐ סוגיות נבחרות בשיווק |

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

ניהול פרויקטים - קצר

תמצית הקורס:

תכנית הקורס ניהול פרויקטים עוסקת בעקרונות היסוד בניהול פרויקטים ומקנה כלים לשיפור היכולת לנהל את הפרויקט בהצלחה על פי יעדים, לוח זמנים ומשאבים, תוך שימוש במתודות ניהול וידע.

מטרות הקורס:

- הבנת הידע התיאורטי והמעשי הנדרש ממנהל פרויקט משלב ייזום הפרויקט ועד לסיומו

נושאים עיקריים:

- ☐ הפרויקט - מהו
- ☐ קביעת יעדי הפרויקט
- ☐ הגדרות פעילות הפרויקט
- ☐ משאבי הפרויקט, ניהולם והערכתם
- ☐ לו"ז, תרשים פרט ותרשים גנט
- ☐ פעולות קריטיות ונתיב קריטי
- ☐ עבודה עם פעילויות בפרויקט
- ☐ קביעת הקשרים בין הפעילויות
- ☐ תוכנת ms-project ככלי ניהול פרויקטים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

תכנית הקורס ניהול פרויקטים עוסקת בעקרונות היסוד בניהול פרויקטים ומקנה כלים לשיפור היכולת לנהל את הפרויקט בהצלחה על פי יעדים, לוח זמנים ומשאבים, תוך שימוש במתודות ניהול וידע.

מטרות הקורס:

- הכרה והבנת המושגים הטכניים הקשורים בניהול פרויקט
- הכרה והבנת המרכיבים הניהוליים הייחודיים לניהול פרויקט
- הכרה והבנת המרכיבים הרעיוניים הכרוכים בשיווק פרויקט

נושאים עיקריים:

- ☐ גישות, כלים וטכניקות לניהול פרויקטים
- ☐ מיומנויות ניהול
- ☐ סביבות הפרויקט ומחזור החיים של הפרויקט
- ☐ בניית עץ המוצר
- ☐ המחשב ככלי לניהול ולתפעול פרויקטים - ms-project
- ☐ ניהול פרויקט במצבי אי-ודאות
- ☐ הצגת פרויקט ושיווקו
- ☐ ניהול משאבים בפרויקט
- ☐ הקשרים בין עלויות, תקציב ובקרה
- ☐ בניית לו"ז (פרט, גנט)
- ☐ יסודות כלכלת-שוק והמגמות בישראל
- ☐ הדרכה והטמעת פרויקטים - פרויקט יישומי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
90 שעות	23	342 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

מנהיגות קהילתית - קצר

תמצית הקורס:

מנהיגות קהילתית הינה אבן יסוד בדרך להצלחה חברתית. אך מהי אותה מנהיגות קהילתית? מהם ביטוייה וכיצד אפשר להעריך את האפקטיביות שלה? ומה הקהילה שעליה אנו רוצים להשפיע ובמסגרתה אנו רוצים לחולל שינוי חברתי? תכנית הקורס מאפשרת הכרת המערכות הפועלות לתועלת הקהילה, הבנת המודלים ותדמיתה של הקהילה.

מטרות הקורס:

- הכרת מרכיבי תכנון פרויקטים בקהילה
- הבנת צרכי אוכלוסיות שונות
- הכרת תחומי גיוס מתנדבים וניהולם
- טיפוח מנהיגות קהילתית

נושאים עיקריים:

- ☐ הכוחות הפועלים בקהילה
- ☐ התמודדות עם מנהיגות נבחרת
- ☐ תהליכי קבלת החלטות
- ☐ תקשורת
- ☐ איתור משאבים
- ☐ עבודה בצוותים ועם מומחים
- ☐ מיומנויות תכנון, ביצוע והערכת תכניות קהילתיות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

מנהיגות קהילתית - ארוך

תמצית הקורס:

מנהיגות קהילתית הינה אבן יסוד בדרך להצלחה חברתית. אך מהי אותה מנהיגות קהילתית? מהם ביטוייה וכיצד אפשר להעריך את האפקטיביות שלה? ומה הקהילה שעליה אנו רוצים להשפיע ובמסגרתה אנו רוצים לחולל שינוי חברתי? תכנית הקורס מאפשרת הכרת המערכות הפועלות לתועלת הקהילה, הבנת המודלים ותדמיתה של הקהילה.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע תיאורטי ומעשי להבנת תהליך המנהיגות
- הכרת תכונות הנדרשות ממנהיג
- רכישת כלים ומודלים להתערבות בקהילה

נושאים עיקריים:

- ☐ מהות הקהילה
- ☐ קהילתיות כתפיסה חברתית
- ☐ מרכיבי הקהילה, מדדיה וביטוייה בזהות המקומית
- ☐ גישת ההון המקומי וגיוס משאבים
- ☐ רשתות חברתיות
- ☐ חשיבה תוצאתית ויצירתיות
- ☐ מנהיגות בקהילה
- ☐ תהליכי קבלת החלטות
- ☐ מיפוי ואיתור צרכים בקהילה
- ☐ פרויקט (מתחומי המשתלמים)

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
90 שעות	23	342 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

בין אם אתם חולמים על עסק משלכם או שיש לכם כבר עסק כזה, כדאי להכיר את היסודות התיאורטיים והפרקטיים של החשיבה והיזמות העסקית, מגיבוש הרעיון ועד ההיבטים הבירוקרטיים, החוקיים והתקציביים. תכנית הקורס עוסקת ביסודות ובמושגים של החשיבה העסקית ומקנה ידע מקצועי שימש אתכם בעסק שלכם בתהליך היזמות העסקית.

מטרות הקורס:

- הכרת הכלים המעשיים הנדרשים ליזמות עסקית
- הבנת והכרת השלבים האפקטיביים הנדרשים בהקמת העסק

נושאים עיקריים:

- ☐ שוק העבודה בישראל - מגמות ורקע
- ☐ אסטרטגיות תקשורת
- ☐ העצמה ויכולות אישיות
- ☐ יזמות ויזמים
- ☐ הקמת עסק - שלבים וסיכונים
- ☐ שיווק וקידום מכירות
- ☐ התמודדות עם משברים בתנאי אי-ודאות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

שיפור תדמית אישית ועסקית וצמיחה מקצועית

תמצית הקורס:

פיתוח תדמית אישית ועסקית בעידן המודרני הוא המפתח להצלחה, והוא משמש ככלי להשגת המטרות המקצועיות והאישיות שלנו. תכנית הקורס עוסקת במרכיבי תדמית אישית ותדמית עסקית, מרכיבי הרושם הראשוני והבנת כוחה של התקשורת הבלתי מילולית והתדמית האישית.

מטרות הקורס:

- הכרת הכלים והמיומנויות לצמיחה והעצמה תוך מימוש הפוטנציאל האישי

נושאים עיקריים:

- ☐ תקשורת בינאישית (מילולית ולא מילולית)
- ☐ אסרטיביות
- ☐ תפיסה מערכתית ככלי למימוש עצמי
- ☐ קידום אינטרסים אישיים ומקצועיים
- ☐ הצבת יעדים והדרכים למימושם
- ☐ אינטליגנציה אישית
- ☐ תהליכי קבלת החלטות

עלות לעמית*	מס' מפגשים	היקף הקורס
152 ₪	10	40 שעות
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

ניהול ופילוסופיה הלכה ומעשה / ניהול ומנהיגות

תמצית הקורס:

תפיסת התפקיד הניהולי מתבססת על מרכיב זהות מנהיגותי, שכן תמצית הפעילות הניהולית היא הבאת אחרים לפעול. מנהיגות היא המאפיין הניהולי הבסיסי ביותר- לגרום לאחרים לעשות, להניעם לביצוע משימות, זוהי מטלה ראשונה במעלה עבור כל מנהל. הקורס מציג תאוריות מרכזיות למנהיגות ותהליכי קבלת החלטות.

מטרות הקורס:

- הכרת תיאוריות וגישות מרכזיות למנהיגות
- הבנת המושג והתופעה של מנהיגות

נושאים עיקריים:

- ❑ מנהיגות כתופעה חברתית
- ❑ מקורות הכוח העומדים לרשות המנהיג
- ❑ מנהיגות ותהליכי קבלת החלטות
- ❑ סגנונות מנהיגות, משמעויות לטווח זמן ולסגנון נבחר
- ❑ תהליכי קבלת החלטות
- ❑ התנהגות משימתית והתנהגות חברתית - מה עדיף?
- ❑ גישות נסיבתיות למנהיגות, תפיסת המנהיג
- ❑ ניהול ומנהיגות - הבחנה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

תחת הכותרת "מנהל" מסתתרת קשת רחבה של תחומי אחריות ומגוון של יכולות, המשתנים ממנהל למנהל ומארגון לארגון. תכנית הקורס עוסקת בתפקידו של המנהל בעידן החדש ומקנה מיומנויות הניהול: מהו התפקיד של המנהל? מהו סגנון הניהול שלו? ולא פחות חשוב - כיצד אפשר לשפרו?

מטרות הקורס:

- הכרת מושגים, גישות וטכניקות בניהול
- הבנת מיומנויות הניהול ויישומן

נושאים עיקריים:

- ☐ מינהל וניהול - השוני והמשותף
- ☐ תפקידי המנהל
- ☐ תכנון והצבת יעדים, ניהול זמן
- ☐ סגנונות ניהול
- ☐ הנעת עובדים, הערכת עובדים ומשוב
- ☐ מיומנויות ניהול מרכזיות

עלות לעמית*	מס' מפגשים	היקף הקורס
152 ₪	10	40 שעות
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

הזיכרון האנושי הוא אחד התכונות המופלאות שהעסיקו את המדענים לאורך ההיסטוריה. תכנית הקורס עוסקת בזיהוי הגורמים הפוגעים בתפקוד הזיכרון, כיצד ניתן לאחסן מידע במוח בצורה יעילה ולשלוף אותו ברגע הנכון?

מטרות הקורס:

- הכרת טכניקות לשיפור יכולת הריכוז
- הכרת טכניקות של סוגי זיכרון
- פיתוח יצירתיות לחשיבה יעילה

נושאים עיקריים:

- ☐ תעתועי זיכרון
- ☐ תהליכי קליטה, עיבוד ושיחזור הזיכרון
- ☐ תרגול זיכרון (טווח קצר וארוך)
- ☐ תרגול זיכרון אסוציאטיבי וויזואלי
- ☐ שימוש ביצירתיות לשיפור הזיכרון
- ☐ טכניקות לקריאה יעילה
- ☐ פיתוח מודעות לבעיות בתחומי הזיכרון
- ☐ התמודדות עם בעיות (קשב וריכוז, דיסלקציה)

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



משפט וכלכלה

תמצית הקורס:

הגישור הנו גישה לניהול ופתרון סכסוכים שזוכה להכרה גוברת ביעילותה. תכנית הקורס עוסקת בהכרות עם יסודות השיטה, המושגים המרכזיים בה ועם האופן בו היא מיושמת בתחומים שונים.

מטרות הקורס:

- הכרת הכלים והמיומנויות המשמשים בגישור

נושאים עיקריים :

- ☐ הגדרת מושג הגישור
- ☐ מאפייני הגישור
- ☐ כישורי המגשר
- ☐ אתיקה מקצועית של המגשר
- ☐ מקום הגישור במערכת המשפט
- ☐ פגישת מהו"ת
- ☐ שלבי הגישור

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

הגישור הנו גישה לניהול ופתרון סכסוכים שזוכה להכרה גוברת ביעילותה. תכנית הקורס עוסקת בהכרות עם יסודות השיטה, המושגים המרכזיים בה ועם האופן בו היא מיושמת בתחומים שונים.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות וכלי ניהול לשיפור עבודת צוות
- הקניית כלים להתמודדות עם מחלוקות וקונפליקטים

נושאים עיקריים:

- ☐ משמעות ומהות הגישור כדרך ליישוב סכסוכים
- ☐ סוגי קונפליקטים וסגנונות ניהולם
- ☐ עקרונות הגישור
- ☐ שלבי הליך הגישור
- ☐ מיומנויות הגישור
- ☐ שיטות חלופיות לפתרון סכסוכים
- ☐ היבטים משפטיים בגישור
- ☐ דרכי מו"מ
- ☐ תכונות המגשר ותפקידיו
- ☐ אתיקה בגישור

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

לעובד ולמעביד כאחד יש צורך בהכרות עם מערכת חוקי ודיני העבודה וזכויות העובד. הנושאים המגוונים כוללים בין השאר מושגים משפטיים, נושאים כספיים כגון פנסיה והגנות כנגד אפליה. תכנית הקורס עוסקת במושגי יסוד בחוקי העבודה ודיני העבודה, הכרות עם זכויות וחובות העובד והמעביד, ידע בנושא חופשות, פיצויים ופנסיה.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע והכרות עם חוקי ודיני עבודה
- הכרת זכויות וחובות העובד והמעביד

נושאים עיקריים:

- ☐ גורמים בשוק העבודה
- ☐ יחסי עובד-מעביד
- ☐ הסכמי עבודה
- ☐ ניהול מערך שכר ותגמולים
- ☐ תנאים סוציאליים
- ☐ מיומנויות ניהול
- ☐ חוקי ודיני עבודה
- ☐ זכויות עובדים
- ☐ סכסוכי עבודה ויישובם
- ☐ היבטים אתיים ומשפטיים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

תחום הקרימינולוגיה מספק כלים להבנת תופעות הפשיעה, הרקע להן והדרכים להתמודד עמן. תכנית הקורס משלבת מושגים מתחום הפסיכולוגיה, הסוציולוגיה והמשפט, ומעמיקה אל תוך היבט חשוב ומרכזי בהווה האנושית.

מטרות הקורס:

- הכרת התנאים האקולוגיים והכלכליים לפשיעה
- הכרת סוגי התנהגות קרימינאלית (עבריינית, אלימות, טרור ופשיעה)
- הכרת הכלים להתמודדות עם סוגי העבירות

נושאים עיקריים:

- ☐ תיאוריות בקרימינולוגיה
- ☐ הפרעות אישיות ופסיכופאטיה
- ☐ תורת הענישה (פנולוגיה)
- ☐ עבריינות אידיאולוגית
- ☐ אלימות במשפחה
- ☐ מניעה, טיפול ושיקום
- ☐ עבריינות נוער
- ☐ תנאים אקולוגיים וכלכליים לפשיעה
- ☐ עבריינות מין וסטיות
- ☐ חוק, משפט וענישה
- ☐ עבריינות נשים
- ☐ ויקטימולוגיה (קורבנות)
- ☐ הסברים ביולוגיים, פיזיולוגיים
- ☐ ופסיכולוגיים לפשיעה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

כלי התקשורת מציגים לעיתים קרובות סוגיות ומונחים שונים מתחום הכלכלה ודנים בחלופות השונות לצאת מהמשבר הכלכלי. אבל מה באמת המונחים הללו אומרים? כיצד להבין ולנתח את המדיניות הכלכלית? כיצד זה משפיע בסופו של דבר עלינו ועל חשבון הבנק שלנו? הקורס מקנה הבנה בסיסית בכלכלה בכלל ובכלכלת ישראל בפרט ומספק כלים להתמודדות עם הזירה הכלכלית.

מטרות הקורס:

- הכרת מושגי יסוד בכלכלה
- הכרת הסוגיות והבעיות העיקריות בכלכלת ישראל
- הכרת מעמדה היחסי של ישראל בעולם

נושאים עיקריים:

- ☐ מושגי יסוד בכלכלת מיקרו ובכלכלת מאקרו והערכתם
- ☐ בחינת מקומה של ישראל בעולם על פי מאפיינים כלכליים מרכזיים
- ☐ מאזן התשלומים של ישראל
- ☐ אוכלוסיית ישראל במבט כלכלי
- ☐ כוח העבודה בישראל
- ☐ מבנה המשק המוניטארי בישראל
- ☐ מגזרים מיוחדים
- ☐ המגזר הציבורי ומעורבות הממשלה במשק המוניטארי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

תכנית הקורס מקנה הכרה והבנה בסיסית של מושגים ותופעות בכלכלה העולמית ובכלכלת ישראל בפרט ומספקת כלים להתמודדות עם הזירה הכלכלית.

מטרות הקורס:

- הכרה והבנה של מושגי התנהגות כלכלית של משקים לאומיים
- הכרת תופעות והתפתחויות כלכליות בעולם ובישראל
- הקניית כלים לניתוח תופעות כלכליות בישראל

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא למיקרו כלכלה
- ☐ עקומת התמורה והוצאות אלטרנטיבית, תפוקה כוללת, ממוצעת ושולית
- ☐ הקצאת אמצעי יצור בתנאים שונים, התנהגות הפירמה והיצע מחירים, ביקוש, עקומת הביקוש וגורמים משפיעים
- ☐ שווי משקל בשוק תחרותי
- ☐ התערבות ממשלה
- ☐ מבוא למאקרו כלכלה
- ☐ שיטות מדידה בחשבונאות לאומית, התוצר הלאומי הגולמי
- ☐ פונקצית התצרוכת המצרפית וההשקעה המצרפית, מושגי המכפיל
- ☐ מדיניות פיסקאלית, שוק ההון ומערכות הבנקאות
- ☐ מבוא לכלכלת ישראל - משטרי שער חליפין ושווי משקל
- ☐ מדיניות מאקרו כלכלית במשק פתוח ובמשק סגור
- ☐ שער חליפין פתוח ושער חליפין ניד, מחזור עסקים וצמיחה כלכלית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

ניהול משא ומתן ופתרון קונפליקטים

תמצית הקורס:

היכולת לנהל משא ומתן משרתת את צרכנו בהתנהלות השוטפת בחיינו, במקום העבודה ובחיים האישיים. תכנית הקורס מספקת כלים ומיומנויות לניהול משא ומתן אפקטיבי, התמודדות יצירתית עם התנגדויות, אסרטיביות מול אגרסיביות ומקסום ההישגים במשא ומתן.

מטרות הקורס:

- הכרת טכניקות וכלים בתחומי משא ומתן

נושאים עיקריים:

- ☐ התקשורת האסטרטגית (המילולית ושאיננה מילולית)
- ☐ התמודדות עם התנגדויות
- ☐ סגנונות ניהול משא ומתן
- ☐ מרכיבי תהליך משא ומתן
- ☐ טכניקות בניהול משא ומתן

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

הליך הבוררות הוא הליך הסכמי לפתרון סכסוכים, כלומר הוא יכול לשמש תחליף להליך המשפטי שלעיתים מסורבל וממושך מדי. מעמדו של הבורר בהליך הבוררות הוא כשל שופט שפסיקתו מחייבת את הצדדים. תכנית הקורס עוסקת בהכרות עם עולם הבוררות ותפקידו וסמכותו של הבורר.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע ועקרונות הבוררות
- הבנת עקרונות הטיפול העדכני בבוררות

נושאים עיקריים:

- ☐ יסודות הבוררות
- ☐ יחס בין בתי המשפט לבוררים
- ☐ בורר משפטן ובורר מומחה
- ☐ מודלים וסוגים של בוררות
- ☐ הסכמי בוררות וחוק הבוררות
- ☐ בוררות וגישור
- ☐ ניהול בוררות
- ☐ אתיקה של בוררים
- ☐ עקרונות משפטיים בבוררות
- ☐ פסק בוררות ותוקף

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

בשנים האחרונות שוק ההון הולך ותופס חלק משמעותי ביותר בפעילות העסקית בארץ ובעולם. האינטרנט חולל מהפיכה בשוקי ההון העולמיים, כיום באמצעות האינטרנט ניתן בלחיצת כפתור לסחור כמעט בכל נכס הישר מהמחשב הביתי. תכנית הקורס מקנה הכרות עם מושגי יסוד וכלים לקבלת החלטות בבואנו להיכנס למסחר בשוקי ההון העולמיים.

מטרות הקורס:

- הכרת מושגי יסוד על מגוון ניירות ערך
- הכרת המושגים המקובלים והטרמינולוגיה של שוק ההון

נושאים עיקריים:

- ☐ מושגי יסוד בכלכלה
- ☐ מבנה שוק ההון
- ☐ הבורסה לני"ע
- ☐ הריבית במשק ואפיקי השקעה שונים
- ☐ סוגי ניירות הערך
- ☐ תהליכי הנפקה
- ☐ אופציות מעו"ף בהתאמה לתנאי השוק
- ☐ מס רווחי הון
- ☐ מערכות ופקודות מסחר
- ☐ עקרונות ניהול תיקי השקעה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

בשנים האחרונות שוק ההון הולך ותופס חלק משמעותי ביותר בפעילות העסקית בארץ ובעולם. האינטרנט חולל מהפיכה בשוקי ההון העולמיים, כיום באמצעות האינטרנט ניתן בלחיצת כפתור לסחור כמעט בכל נכס הישר מהמחשב הביתי. תכנית הקורס מקנה הכרות עם מושגי יסוד וכלים לקבלת החלטות בבואנו להיכנס למסחר בשוקי ההון העולמיים.

מטרות הקורס:

- הבנת והכרת הכלים הבסיסיים לפעילות בשוק ההון
- הכרת אפיקי השקעות בארץ ובעולם והסיכונים הקיימים
- לימוד שימוש מושכל של השקעות בשוק ההון

נושאים עיקריים:

- יסודות במיקרו ובמאקרו כלכלה
- יסודות בחשבונאות
- סטטיסטיקה וניתוח דוחות כספיים
- תורת החברות
- יישומי מחשב בתחום
- בניה וניהול תיקי השקעות
- יסודות המימון
- כלכלת רשתות
- יסודות ודיני הבנקאות
- שוק ההון בישראל ובעולם

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

חוזים מכרזים והתקשרויות

תמצית הקורס:

חוזה נכון ואפקטיבי מניח תשתית לפרויקט מוצלח, ומונע אי הבנות ונזקים כלכליים במהלך ביצוע, תביעות ודיונים משפטיים לאחריו. תכנית הקורס מקנה הכרות עם סוגי חוזים, מכרזים והתקשרויות, ומספקת כלים לקיום התקשרויות חוזיות.

מטרות הקורס:

- היכרות עם סוגי חוזים, מכרזים, הסכמים והתקשרויות, וכן מיומנויות ומתן כלים לקיום התקשרויות חוזיות.

נושאים עיקריים:

- ☐ מהות החוזה, התקשרות חוזית, חוזים בלתי חוקיים
- ☐ דיני חוזים כמארג משפטי שלם והשפעותיו על המשפט המסחרי ודיני הצרכנות
- ☐ חוזים אחידים וחוזים מיוחדים
- ☐ חוזים מיוחדים המסודרים בחקיקה - דיני מכר: מהות המכר, חיובי הצדדים, אי-התאמה
- ☐ חוזים מותנים, פגמים בכריתת חוזה, הפרה צפויה, חובת הקטנת הנזק
- ☐ דיני מכרזים, חובת מכרזים וקביעת תנאי המכרז
- ☐ הסכמים מיוחדים: הסכמי ממון, הסכמי גירושין, הסכמי פוליגרף, הסכמי גישור והסכמי בורות.
- ☐ משפט העבודה, הסכמי עבודה, סוגיות ביחסי עובד-מעביד
- ☐ עוולות ונזיקין, רשלנות, הפרת חובה חקוקה
- ☐ הסכמי סודיות ואתיקה מקצועית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



ניהול ארגוני

תמצית הקורס:

תקשורת ארגונית איכותית היא הבסיס להצלחה של כל ארגון באשר הוא, והיא משפיעה באופן ישיר על תוצאות הארגון ובאופן עקיף מיטיבה גם עם התקשורת מול הספקים והלקוחות הנהנים משרותיו של הארגון. תכנית הקורס עוסקת בהבנת עקרונות התקשורת הארגונית וחשיבותה ביצירת אקלים חיובי בעבודה.

מטרות הקורס:

- זיהוי ערוצי תקשורת ארגונית
- הכרת מודלים של תקשורת פורמאלית וא-פורמאלית
- הבנת מקורות של חסמי תקשורת ודרכים להתמודדות אפקטיבית

נושאים עיקריים:

- ☐ תפקידי התקשורת בארגון
- ☐ גישות תיאורטיות בתקשורת ארגונית
- ☐ זרימת מידע בארגון הפורמאלי ובארגון הא-פורמאלי
- ☐ ליקויים בתהליכי תקשורת
- ☐ אבחון האפקטיביות של התקשורת הארגונית
- ☐ עיצוב ערוצי תקשורת ארגונית
- ☐ התקשורת והגורם האנושי בארגון

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

ניהול הידע הוא עולם תוכן חדש בתוך תחום הניהול, הצומח ומתפתח בארץ ובעולם ומחייב למידה והתמקצעות. בעולם העסקי המורכב והמסובך של ימינו, מתחدد הצורך בניהול אפקטיבי ומיטבי של הארגון. המשאב המרכזי של הארגון הוא הידע הקיים והידע החדש הנוצר, ועל כן הכרה בכך מחייבת ניהול מושכל של משאבים אלה.

מטרות הקורס:

- הבנה והכרות עם כלים לניהול ידע בארגון
- הכרת כלים יישומיים להטמעת תהליכי ניהול הידע בארגון

נושאים עיקריים:

- ❑ למידה ארגונית וניהול הידע
- ❑ תהליכי תכנון ופיתוח מוצרים מבוססי ידע
- ❑ כלים מתודולוגיים וטכנולוגיים לתמיכה בידע ובלמידה ארגונית
- ❑ תשתיות תומכות ידע (תפעוליות, טקטיות ואסטרטגיות)
- ❑ עקרונות תכנון וחשיבה אסטרטגית עסקית
- ❑ עבודת הארגון בעידן הידע

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

שינוי ארגוני הוא תהליך הכרחי שמטרתו להתאים את המערכות ואת התהליכים הארגוניים לשינויים החיצוניים והפנימיים שמתרחשים בסביבה. הובלת שינוי בארגונים הינה משימה מורכבת המחייבת התמקדות בשינוי ההתנהגות של פרטים או של קבוצות בתוך הארגון. תכנית הקורס מספקת כלים יישומיים שמסייעים לתכנון וניהול אפקטיבי של השינוי בארגון.

מטרות הקורס:

- הכרת מגמות בתחום השינוי הארגוני והצורך בשינוי ארגוני במציאות משתנה
- הכרת מודלים ואסטרטגיות ניהול אפקטיבי של שינויים

נושאים עיקריים:

- ☐ הרקע לשינויים ארגוניים
- ☐ זיהוי הצורך בשינוי
- ☐ מהות השינויים - תפיסות שונות
- ☐ גורמים ומאפיינים לשינויים (גירוי - תגובה)
- ☐ מניעים להתנגדות לשינויים ומנגנוני התמודדות
- ☐ תכנון השינוי וביצועו כפועל יוצא למבנה הארגוני
- ☐ פיתוח ארגוני כתפיסה וכטכניקה של שינויים בארגון
- ☐ פיתוח ארגוני כטכניקה התערבות לקראת שינוי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

אתיקה מקצועית היא מערכת כללים להתנהגות נאותה, המבוססת על ערכי המקצוע והיא מגדירה את המחויבות של איש המקצוע כלפי לקוחותיו, כלפי עמיתיו למקצוע וכלפי הארגון. תכנית הקורס עוסקת במערכת כללי האתיקה בארגונים ובעסקים ושמה דגש על אחריות חברתית ומחויבות לעתיד.

מטרות הקורס:

- הקניית כלים ומושגים בנושאי אתיקה תוך התמקדות בעולם התוכן של המשתתפים

נושאים עיקריים:

- ☐ מהי אתיקה
- ☐ מודלים ותיאוריות באתיקה
- ☐ אתיקה ערכית ואתיקה פרופסיונאלית
- ☐ עקרונות צדק ומוסר בארגון
- ☐ הגישות התועלתניות
- ☐ אחריות פלילית ואחריות אזרחית לעבירות אתיות
- ☐ פסיכולוגיה של קבלת החלטות אתיות בעסקים
- ☐ זכויות העובדים וחובותיהם

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

מבוא לפסיכולוגיה ארגונית/להתנהגות ארגונית/סוציולוגיה ארגונית

תמצית הקורס:

הבנת הדינמיקה בארגון, הפוליטיקה הפנימית והאופן בו הארגון מתפקד הם חשובים לא רק להתמודדות טובה יותר עם מטלות העבודה ולקידום עצמי, אלא גם הכרחיים לשיפור הארגון עצמו. תכנית הקורס מספקת הכרות עם תרבויות ארגוניות שונות והבנת הפוליטיקה הארגונית והדינמיקה בארגון.

מטרות הקורס:

- מתן כלים בסיסיים להבנת תהליכים הקשורים להתנהגות יחידים וקבוצות בארגון
- הכרת המיומנויות הבסיסיות בניהול עובדים ובתהליכים ארגוניים

נושאים עיקריים:

- ☐ התופעה הארגונית
- ☐ סוגי ארגונים
- ☐ מטרות ארגוניות (נל"י)
- ☐ המבנה הארגוני
- ☐ סמכות ושליטה
- ☐ מערכת התקשורת הארגונית
- ☐ טכנולוגיה ארגונית
- ☐ הארגון והסביבה
- ☐ תרבות ארגונית
- ☐ תיאוריות ההנעה
- ☐ שינויים בארגון

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

טיפול בפניות הציבור - קצר

תמצית הקורס:

הקשר עם הלקוח הוא אחד המרכיבים החשובים ביותר בכל ארגון. הקורס יעסוק בסיבות והמניעים של הציבור לפנות למקבלי החלטות ולארגונים ציבוריים וכן את הדרך הנכונה להבנה וטיפול בפניות. הקורס יכלול סימולציות, על מנת לחבר בין התיאוריה למעשה.

מטרות הקורס:

- הכרת הסיבות הגורמות לציבור לפנות והדרכים לטיפול בהן
- הבנת והכרת התלונות כבסיס לשיפור

נושאים עיקריים:

- ☐ סוגי התלונות והפניות
- ☐ דרכי פניה ותלונה
- ☐ היבטים משפטיים בפניות הציבור
- ☐ מאפיינים ודרישות ממטפל בפניות הציבור
- ☐ פענוח הפניה והטיפול הנדרש
- ☐ תקשורת ואסטרטגיה תקשורתית
- ☐ שיפור השירות וניהול פניות הציבור

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

טיפול בפניות הציבור - ארוך

תמצית הקורס:

הקשר עם הלקוח הוא אחד המרכיבים החשובים ביותר בכל ארגון. הקורס יעסוק בחשיבות הטיפול והשרות בפניות הציבור לארגון, ויספק כלים לשיפור התקשרות עם הלקוח וטיפול אפקטיבי בפניותיו.

מטרות הקורס:

- הכרת חשיבות הטיפול והשירות בפניות הציבור
- הכרת גישת המערכות הפתוחות ושיפור השירות לציבור
- היבטים משפטיים וכלכליים לנושא הטיפול בפניות הציבור

נושאים עיקריים:

- המבנה הארגוני ואופן הטיפול בפניות הציבור
- סוגי פניות וסוגי תלונות
- רכיבי התלונה/פניה והטיפול הנדרש
- הפניה כמנוף לשיפור ולייעול השירות
- הטיפול בתלונה כמכשיר ארגוני-אסטרטגי
- סקרים ומערכות ממוחשבות לתמיכה בטיפול בפניות הציבור
- אקלים ותרבות ארגונית כמאפייני השירות לפניות הציבור
- היבטים משפטיים בטיפול בפניות הציבור
- האסטרטגיה, מאפיינים ורכיבים בתקשורת

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
90 שעות	23	342 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

איכות, מצוינות, שיפור השירות וניהול - קצר

תמצית הקורס:

השירות הוא חלק חשוב בשגרת העבודה ומרכיב מרכזי בארגון, באופן שקובע לעיתים קרובות את הצלחת הארגון ויכולתו להתמודד עם אתגרים. תכנית הקורס עוסקת בהכרת ערך איכות השירות כחלק מתרבות ארגונית ובהקניית מיומנויות לשיפור השירות כמנוף לקידום מכירות.

מטרות הקורס:

- הבנת טיפוח תודעת השירות בארגונים ובמגזר הציבורי
- הכרת הכלים לשיפור יכולות ותהליכי עבודה

נושאים עיקריים:

- ❑ מצוינות ארגונית בארץ ובעולם - מבוא
- ❑ מערכות ומודלים למצוינות ארגונית
- ❑ תשתיות לניהול איכות ארגונית וציבורית
- ❑ תכנון אסטרטגי ותוכניות עבודה לניהול מצוינות
- ❑ בקרה ניהולית ומדדי איכות ומצוינות
- ❑ צוותי שיפור איכות ומצוינות, שיתוף עובדים
- ❑ אמנה לאיכות השירות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

איכות, מצוינות, שיפור השירות וניהול - ארוך

תמצית הקורס:

השירות הוא חלק חשוב בשגרת העבודה ומרכיב מרכזי בארגון, באופן שקובע לעיתים קרובות את הצלחת הארגון ויכולתו להתמודד עם אתגרים. תכנית הקורס עוסקת בהכרת ערך איכות השירות כחלק מתרבות ארגונית ובהקניית מיומנויות לשיפור השירות כמנוף לקידום מכירות.

מטרות הקורס:

- העמקת תודעת השירות ליצירת שביעות רצון הלקוחות
- הרחבת מיומנויות השירות לטיפול יעיל במצבי שירות מורכבים
- הרחבת מיומנויות ודפוסי התנהגות העוסקים בתחום במגעים עם לקוחות פנימיים ו/או חיצוניים

נושאים עיקריים:

- ☐ המשתנים העיקריים הקובעים מידת שביעות רצון הלקוח
- ☐ השירות האיכותי - גורמים מסייעים וגורמים מעכבים
- ☐ ראקטיביות ופרואקטיביות בשירות
- ☐ תפיסות ומיומנויות התנהגות ותקשורת במצבי שירות מורכבים
- ☐ המפגש הבינאישי עם בעלי סגנונות תקשורת שונים
- ☐ הטיפול היעיל בלקוח והקודים התקשורתיים (דיבור, שפת הגוף, הקול, הפנים)
- ☐ טכניקות יעילות בהתמודדות עם התנגדויות
- ☐ דרכים להתמודדות עם מצבי לחץ ושחיקה של עובדי השירות
- ☐ אספקטים משפטיים ואתיים במתן שירות
- ☐ אמנה לאיכות השירות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

מזכירות בכירות נדרשות לביצוע משימות ופעילויות המצריכות מיומנויות ברמה גבוהה. תכנית הקורס מקנה מיומנויות מתקדמות לניהול המשרד תוך שימת דגש על תקשורת ויחסי-אנוש, תפיסת השירות ותכתובת עסקית בניהול המשרד המודרני.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות מתקדמות לניהול המשרד המודרני

נושאים עיקריים:

- ☐ מושגי יסוד בארגון
- ☐ מנהלת הלשכה, מקומה בארגון, חשיבותה ותפקידה
- ☐ תרבות ארגונית ופוליטיקה ארגונית
- ☐ יעילות ואפקטיביות, סמכות ואחריות- כלים ומיומנויות לארגון והתמודדות נכונה עם המטלות
- ☐ מיומנויות ניהול עפ"י יעדים ולו"ז
- ☐ התקשרויות פנים-ארגוניות וחוץ-ארגוניות
- ☐ תכתובת עסקית, פרוטוקולים, מזכרים, מסמכים ומכתבים
- ☐ ארגון וניהול מידע ממוחשב
- ☐ מתן שירות כמנוף לקידום הארגון
- ☐ ניהול צוות, עבודת צוות ושיתוף-פעולה
- ☐ תדמית והופעה אישית במשרד
- ☐ שימושים מתקדמים במחשב, אינטרנט ודואר אלקטרוני, יומן ממוחשב
- ☐ דיני עבודה ויחסי עבודה, החוק למניעת הטרדה מינית
- ☐ גישור ופתרון קונפליקטים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

המודעות לנושא הבטיחות בעבודה הולכת ומתרחבת, מפעלים וחברות שונות מכירים במחויבות שלהם לבניית סביבת עבודה בטוחה. קורס בטיחות במקום העבודה מאפשר לעובדים להרחיב את גבולות תפקידיהם, ומכשיר אותם לשפר את רמת הבטיחות במסגרת העבודה שלהם.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות מתקדמות בנושא בטיחות במקום העבודה תוך שימת דגש על לימוד חוקים ונהלי בטיחות

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לבטיחות בעבודה - נהלים והוראות בטיחות
- ☐ סיכוני עבודה בגובה
- ☐ ועדות בטיחות בעבודה
- ☐ חוק עבודת נשים
- ☐ חוק עבודת נוער
- ☐ חוקים ותקנות בבטיחות
- ☐ חוק עבודת בכלי עבודה ומכונות
- ☐ הגורם האנושי ובטיחות
- ☐ בטיחות במשרד
- ☐ תאונות עבודה, אחריות הממונה
- ☐ המבנה הארגוני של הבטיחות
- ☐ סקר סיכונים - סיכונים כימיים, סיכוני אש, סיכונים מכאניים ופיסקליים
- ☐ סיכוני הלחץ והשחיקה בעבודה
- ☐ עבודה ברעש
- ☐ גופים ומוסדות בבטיחות
- ☐ ציוד מגן אישי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

מנהל עסקים במערכת הבריאות

תמצית הקורס:

בשנים האחרונות עברה מערכת הבריאות בישראל תמורות רבות. בכדי לנהל את מערכות הבריאות בישראל ולהפעיל באופן יעיל, כלכלי ואיכותי את השירותים בבת החולים, בקופות החולים ובמרפאות הקהילתיות יש צורך בהכרת מערכת הבריאות, שרותי הרפואה, התרבות הארגונית וכדומה.

מטרות הקורס:

- מתן סקירה מקיפה על מערכת הבריאות בישראל ברפואה הציבורית, הקהילתית, הקונבנציונאלית ועוד.

נושאים עיקריים:

- ☐ סקירה של מערכת הבריאות בישראל
- ☐ מערכת הבריאות הציבורית
- ☐ מבוא להתנהגות ארגונית ותרבות ארגונית בשירותי הבריאות בארץ
- ☐ מערכת הבריאות הפרטית
- ☐ מערכת בריאות מתקדמת - העידן החדש
- ☐ עקרונות בניהול מערכת הבריאות - מניעים פוליטיים, כלכליים וציבוריים
- ☐ התפתחות הרפואה המשלימה
- ☐ היצע וביקוש במערכת הבריאות (פרטית ציבורית) - המצב בארץ ובעולם
- ☐ אבטחת איכות ברפואה ובבריאות
- ☐ תזונה נכונה ואורח חיים בריא
- ☐ שוק התרופות
- ☐ מערכת הבריאות ומערכת הרווחה
- ☐ שירותי בריאות במערכת החינוך
- ☐ בריאות האישה - מלידה עד גיל המעבר
- ☐ ניהול הארגון, השיווק והידע במערכת הבריאות
- ☐ ביטוח בריאות והשלכותיו
- ☐ אסטרטגיה עסקית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

קורס "ניהול רכש ולוגיסטיקה"

תמצית הקורס:

אנשי מקצוע בתחום הרכש והלוגיסטיקה בארגון נדרשים לביצוע משימות מורכבות של תיאום בין הגורמים וההליכים השונים אשר מניעים את הארגון לתפעול יעיל וחסכוני בכל הנוגע לתהליכי אספקה ושירותים שונים.

תכנית הקורס מקנה מיומנויות מתקדמות לניהול משא ומתן, תכנון אסטרטגי של התהליכים, התייחסות להיבטים משפטיים, פתרון בעיות ותקלות ועוד..

מטרות הקורס:

הכשרת מנהלים ועובדים בניהול רכש ולוגיסטיקה למצויינות בהפעלת מערכי תפעול

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לרכש ולוגיסטיקה
- ☐ ניהול שיטות התקשרות, ספקים וחוזים
- ☐ ניהול פרויקטים - תכנון ביצוע GANT ניהול זמן
- ☐ ניהול פיננסי
- ☐ היבטים משפטיים במערכות לוגיסטיות
- ☐ מו"מ ומודיעין עסקי
- ☐ תכנון פיתוח הייצור בניהול לוגיסטיקה
- ☐ מערכות מידע לוגיסטיות
- ☐ ניהול סיכונים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

אב הבית הינו עובד מנהלה מרכזי בבית הספר, האחראי ליצירת סביבת למידה בטוחה ופונקציונאלית עבור צוות ההוראה והלומדים. קורס זה יצייד את אבות הבית בבתי הספר, בכישורים וידע תיאורטי, הדרושים כדי לתחזק ולתקן ביעילות מתקנים שונים במבנה ולשמור על הבטיחות עבור הנוכחים בו.

מטרות הקורס:

- היכרות עם מערכות האינסטלציה, החשמל והמיזוג ופתרון בעיות בסיסיות.
- היכרות עם נהלי בטיחות והגשת עזרה ראשונה
- פיתוח מיומנויות אישיות

נושאים עיקריים:

- ☐ תפיסת הניהול העצמי - עקרונות כלכליים, משפטיים, פדגוגיים.
- ☐ הגדרת תפקיד אב הבית וחשיבות התחזוקה ליצירת סביבת למידה בטוחה ופונקציונלית.
- ☐ הנחיות בטיחות ובריאות בעבודה, טיפול נכון בכלים וציוד, הליכי חירום.
- ☐ הגשת עזרה ראשונה
- ☐ זיהוי בעיות אינסטלציה נפוצות, תיקון נזילות וסתימות, תחזוקת אביזרים
- ☐ מושגי חשמל בסיסיים ואמצעי זהירות, פתרון בעיות חשמל נפוצות, החלפת גופי תאורה ומתגים.
- ☐ מערכות אוורור ומיזוג אוויר - החלפת מסננים, ניקוי ותחזוקה.
- ☐ קיימות - שיטות תחזוקה חסכוניות באנרגיה, מחזור וניהול פסולת בבית הספר, יישום יוזמות ירוקות בעבודת תחזוקה.
- ☐ תקשורת יעילה ומיטבית עם צוות ביה"ס וההנהלה
- ☐ ניהול זמן ומשאבים.

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

מנהלי תחזוקה ובטיחות בארגון

תמצית הקורס:

מנהל האחזקה מספק מענה ניהולי וטכני בכל תחומי הביצוע בארגון. עליו להכיר ולהבין את המערכות שהוא אמון עליהם, ולנהל תקלות במהירות וביעילות. היבט נוסף של עבודתו הינו אחריות על כך שתקנות הבטיחות ימולאו בארגון וכל אחד מהעובדים ינהג על פיהן.

מטרות הקורס:

- הקניית כלים לניהול אחזקה יעילה ניהולית וטכנית
- העמקת ידע מקצועי ושיפור מיומנויות ותקשורת

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לאחזקת ובקרת מבנים
- ☐ מדיניות תחזוקה עירונית
- ☐ הערכת סיכונים וניהול בטיחות בארגון
- ☐ אחזקה ובקרה מבנים שוטפת ושנתית
- ☐ בטיחות בעבודה ובמבני ציבור: בטיחות אש, חשמל, ציוד מגן אישי, עבודה בגובה
- ☐ ניהול עובדים האחזקה ותקשורת בינאישית
- ☐ התקשרויות, ספקים וקבלני משנה
- ☐ חוקים תקנים ותקנות
- ☐ פיקוח ובקרה על קבלני ביצוע

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינומם 25 עמיתים		



חברה ותקשורת

מבוא לסוציולוגיה / מבוא לפסיכולוגיה חברתית

תמצית הקורס:

עולם הסוציולוגיה חובק בתוכו תיאוריות ומושגים המאפשרים להעמיק את ההבנה של תופעות חברתיות ואישיות מרובות ומגוונות, כאשר השאיפה היא לחקור את ההתנהגות האנושית דרך בחינת ההקשר החברתי - משפחה, לאום, חוק וכדומה. תכנית הקורס עוסקת בתאוריות על החברה ועל הכוחות המניעים את הפרט שהוא חלק ממנה.

מטרות הקורס:

- הכרת מושגים בסיסיים, תיאוריות וממצאים בנושאים המרכזיים של פסיכולוגיה חברתית
- הכרת תהליכים המניעים התנהגות חברתית

נושאים עיקריים:

- ☐ תיאוריות סוציולוגיות
- ☐ תופעות חברתיות
- ☐ תהליכים ומבנים חברתיים
- ☐ ארגונים, משאבי אנוש
- ☐ בעיות אוניברסליות וישראליות (ריבוד חברתי, עיור, משפחה, הגירה, זקנה, זהות)
- ☐ תחומי הפסיכולוגיה החברתית
- ☐ קוגניציה חברתית
- ☐ סטריאוטיפים ודעות קדומות
- ☐ השפעה חברתית
- ☐ התנהגויות חברתיות
- ☐ עמדות ומרכיביהן

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

מבוא למשטר מדינת ישראל

תמצית הקורס:

החברה הישראלית ידעה לא מעט משברים ותהפוכות מאז הקמתה ועד היום. על אף התנאים בהם הוקמה מדינת ישראל, היא נותרת דמוקרטית, וזו כשלעצמה תופעה מרתקת. הקורס עוסק בהיבטים של המשטר במדינת ישראל, תוך יישום מושגים תאורטיים של מדע המדינה למקרה הישראלי.

מטרות הקורס:

- היכרות עם מהות השלטון ומאפייניה של הדמוקרטיה בישראל
- היכרות עם המערכת המפלגתית בישראל

נושאים עיקריים:

- | | |
|---|--|
| ☐ דמוקרטיה ושלטון, בארץ ובעולם | ☐ כלכלה ופוליטיקה - יחסי גומלין |
| ☐ תיאוריות בתורת המשטרים | ☐ יחסי דת-מדינה |
| ☐ הפרדת רשויות | ☐ יחסי כנסת ממשלה |
| ☐ זכויות האזרחים | ☐ הממשלה והתקציב הממשלתי |
| ☐ שורשים היסטוריים של הדמוקרטיה הישראלית | ☐ חוקי ותעמולת בחירות |
| ☐ מגילת העצמאות | ☐ פקודת העיתונות ורשות השידור, צנזורה |
| ☐ חוק ומשפט במדינת ישראל | ☐ שסעים בחברה הישראלית |

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

ביטחון וטרור הם חלק בלתי נפרד משגרת חיינו. במדינה שחלק גדול מהתקציב שלה מושקע במערכת הביטחון, בין השאר בשל המשאבים הרבים שהיא משקיעה במאבק למניעת טרור, חשוב להכיר את שני המושגים לעומק. תכנית הקורס עוסקת באספקטים השונים בתחום כדוגמת, הפסיכולוגיה שעומדת מאחורי טרור, מאפייני טרור לאומי וצרכי הביטחון בהתמודדות איתו.

מטרות הקורס:

- הכרת המושגים הקשורים לטרור ולביטחון
- הכרת ההבדלים בין טרור ובין פשע
- הכרת צרכי הביטחון לצורך התמודדות בטרור

נושאים עיקריים:

- ☐ הטרור הלאומי והחברתי ומאפייניו
- ☐ היבטים פסיכולוגיים בטרור
- ☐ היסודות הפיננסיים של הטרור
- ☐ טרור ושלום - הקשר ביניהם
- ☐ התמודדות עם טרור
- ☐ הסכמים בינ"ל ושירותי ביון
- ☐ הטרור הלאומי הפלשתינאי והאינתיפאדה
- ☐ החיזבאללה כארגון טרור
- ☐ התמיכה החברתית בטרור
- ☐ הטרור ככלי - בקבוצות ובמדינות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

המגזר הערבי על כל גווניו הוא חלק חשוב ובלתי נפרד ממדינת ישראל ומההוויה הישראלית. לפיכך, ישנה חשיבות לאין ערוך להכיר את הטרימינולוגיה וההיסטוריה של הקבוצות האתניות והדתיות המרכיבות את האוכלוסייה הערבית בישראל, את המאפיינים הדמוגרפיים, הסטטוס המשפטי והמעמדי וכיצא בזה.

מטרות הקורס:

- הכרת מאפייני המגזר הערבי בישראל
- העלאת דילמות הנובעות מהמאפיינים המרכזיים של מגזר זה
- הכרת דפוסי ההתמודדות של האזרחים הערביים בקשיים ובאתגרים המוצבים בפניהם

נושאים עיקריים:

- ☐ טרימינולוגיה והיסטוריה
- ☐ קבוצות אתניות ודתיות
- ☐ דמוגרפיה והמגזר הערבי
- ☐ סטטוס משפטי ופוליטי (מעמד, סוגיית הגיוס, שפה רשמית, סמלי מדינה, חוק האזרחות)
- ☐ אפליה וזהות
- ☐ יחסים בין-עדתיים
- ☐ פוליטיקה, כלכלה, דת, בריאות, חינוך, תרבות - והמגזר הערבי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

היסטוריה של המזרח התיכון / הסכסוך היהודי-ערבי

תמצית הקורס:

המזרח התיכון הוא אחד האזורים המתוחים והמסקרנים על פני כדור הארץ. תכנית הקורס עוסקת בסקירת הנושאים המרכזיים בהיסטוריה של המזרח התיכון, דרכם ייחשפו הלומדים לאתגרים המורכבים שניצבים בפני עמי האזור.

מטרות הקורס:

- הכרת המציאות הגיאופוליטית של המזרח התיכון
- הכרת התהליכים ההיסטוריים של המזרח התיכון בעת החדשה
- הכרת הרקע לסכסוך היהודי-ערבי

נושאים עיקריים:

- ☐ היסטוריה פוליטית וגיאוגרפית של המזרח התיכון
- ☐ דתות ואמונות במזה"ת
- ☐ המזרח התיכון בן זמננו
- ☐ אזור של סכסוכים
- ☐ ההיסטוריה של הסכסוך היהודי-ערבי
- ☐ מדינות, ארגונים ואישים הקשורים לסכסוך
- ☐ ניסיונות להפסקת הסכסוך

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

החברה הישראלית הינה חברה דינמית ורבגונית - מתחים בין עדות, דתות, קבוצות ומיעוטים שונים הופכים את הסיפור הישראלי למרתק בכל קנה מידה. תכנית הקורס עוסקת בהכרות עם החברה הישראלית על כל גווניה ובהבנת המורכבות של היחסים בין העדות והעמים בישראל, ביחסי יהודים וערבים ובהתנגשויות בין דת ומדינה.

מטרות הקורס:

- הכרת והבנת הגישות השונות לחקר החברה בישראל
- הבנת התופעות הסוציו-פוליטיות שהביאו למיסוד החברה בישראל

נושאים עיקריים:

- ☐ תהליכי גיבוש המערכת הפוליטית בישראל
- ☐ המפלגות
- ☐ חוקה ומשאלי עם
- ☐ פריימריז
- ☐ היחסים בין הרבדים בחברה הישראלית והשלכותיהם
- ☐ בתי המשפט והמערכת הפוליטית
- ☐ צה"ל והשפעתו על החברה בישראל
- ☐ הקונפליקט הערבי-ישראלי והשלכותיו על החברה בישראל

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תהליך הגלובליזציה

תמצית הקורס:

הגלובליזציה היא התרחבות, האצה והעמקה של הקשרים התרבותיים, החברתיים והכלכליים בין מדינות. במשך ההיסטוריה של התפתחות התרבות האנושית הולך ומתחזק התהליך שבו מידע, מוצרים, בני אדם, כסף וטכנולוגיה חוצים גבולות לאומיים בקצב מהיר. תופעה זו גורמת ליצירת קהילה רחבה המשולבת בשוק אחד.

מטרות הקורס:

- הבנה וניתוח הכלים הפוליטיים, הכלכליים, החברתיים והתקשורתיים של הגלובליזציה

נושאים עיקריים:

- ☐ תהליך הגלובליזציה - פרספקטיבה היסטורית
- ☐ מהות המושג גלובליזציה והשלכותיו
- ☐ היבטים פוליטיים, כלכליים, חברתיים ותקשורתיים של הגלובליזציה
- ☐ השפעת הגלובליזציה על צמיחה, עוני, אבטלה, בריאות, כלכלה, רווחה וסביבה
- ☐ גלובליזציה מותגית
- ☐ השפעות על תהליכי הגלובליזציה בישראל
- ☐ גלובליזציה ולוקליזציה בישראל

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תקשורת שיווקית ופרסום

תמצית הקורס:

שיווק ופרסום הם שני התחומים המתפתחים ביותר בעולם המודרני, במיוחד לאור החידושים הטכנולוגיים שיצרו פלטפורמות בלתי מוגבלות לשימוש בהם. שיווק ופרסום הינם אמצעים לקידום מכירות וכל סוג של פעילות עסקית, ארגונית וחברתית. תכנית הקורס עורכת הכרות עם הכלים המתאימים לתמהיל נכון של שיווק ופרסום.

מטרות הקורס:

- הכרת הכלים המתאימים לתמהיל נכון של שיווק ופרסום

נושאים עיקריים:

- ☐ תיאוריות בתקשורת שיווקית
- ☐ תקשורת שיווקית כממשק בין הארגון ובין הסביבה הארגונית
- ☐ תכנית תקשורת שיווקית
- ☐ פרסום אפקטיבי ואיכותי
- ☐ כלים פרסומיים ושיווקיים (מולטימדיה, אינטרנט, יח"צ)
- ☐ פרסום, עיצוב גרפי ורעיונאות (קופירייטינג)

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

לתקשורת בעולם המערבי חלק מרכזי בעיצוב סדר היום הציבורי. כיום לא מדובר אך ורק בטלוויזיה ורדיו, האינטרנט הינו אמצעי התקשורת הנגיש והפופולרי ביותר, אשר מאגד בתוכו היבטים שונים של אמצעי התקשורת האחרים. תכנית הקורס עוסקת בהכרות עם מושגי היסוד בהתפתחות כלי התקשורת, השחקנים הראשיים בה ויחסי הגומלין בין כלי התקשורת למוסדות הדמוקרטיים.

מטרות הקורס:

- הכרת מיומנויות וכישורים להתמודדות יעילה ואפקטיבית עם התקשורת
- היכרות בסיסית עם הזירה התקשורתית ותקשורת המונים

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא - הזירה התקשורתית ותקשורת המונים
- ☐ מבוא לפסיכולוגיה של ההמון
- ☐ יחסי גומלין: תקשורת, תרבות ומציאות
- ☐ תפקיד תקשורת המונים
- ☐ אובייקטיביות בתקשורת המונים
- ☐ אתיקה בתקשורת
- ☐ הפרטיות וזכות הציבור לדעת
- ☐ חוק רשות השידור
- ☐ מולטימדיה ותקשורת אינטראקטיבית
- ☐ תהליכים מעצבים תקשורת המונים - חברתיים, פוליטיים, כלכליים וטכנולוגיים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

העיתונאות היא נדבך חשוב ומהותי לא רק בעולם התקשורת, אלא גם לקיומה ותפקודה של כל חברה דמוקרטית. תכנית הקורס עורכת הכרות מקיפה של עולם התקשורת ככלל והעיתונות בפרט, ומקנה טכניקות בעבודת העיתונאי במגוון תחומים.

מטרות הקורס:

- הכרת כלי הבעה עיתונאית
- הכרת הטכניקות בעבודת העיתונאי בתחומים שונים

נושאים עיקריים:

- ☐ סוגים וסייגים של התקשורת בארץ ובעולם
- ☐ אתיקה
- ☐ כתיבה חדשותית
- ☐ מקורות מידע עיתונאיים
- ☐ הידיעה העיתונאית
- ☐ יסודות הכתיבה העיתונאית
- ☐ התחקיר העיתונאי וטכניקות שונות
- ☐ טכניקה של ראיונות
- ☐ הכתיבה האישית
- ☐ בקורת בעבודת העיתונאי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

יחסי ציבור ודוברות עוסקים בקשר בין פעילות לבין האופן שבו התקשורת מציגה אותה, ובייחוד בדרך שבה אפשר לגייס את התקשורת על מנת לשפר את מעמדו של הגורם המדובר. תכנית הקורס מספקת כלים וטכניקות לפיתוח יכולת חשיבה שיטתית/הערכת מצב, ובחירת דרך הפעולה המועדפת בתחום הדוברות ויחסי ציבור.

מטרות הקורס:

- הכרת המיומנויות והכישורים הנדרשים מאיש יחסי ציבור ומדובר
- הכרת תחומי העיסוק לעבודה בתחום

נושאים עיקריים:

- ☐ יסודות ומודלים בתקשורת
- ☐ אסטרטגיות וטקטיקות ביחסי ציבור
- ☐ שיווק, פרסום ויחסי ציבור
- ☐ יחסי ציבור כפונקציה ניהולית
- ☐ טכניקות ביחסי ציבור
- ☐ עיתונאות ויחסי ציבור
- ☐ מיומנויות אישיות בדוברות וביחסי ציבור
- ☐ מדידת אפקטיביות ביחסי ציבור
- ☐ אתיקה מקצועית ודינים ביחסי ציבור

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

עולם האינטרנט והרשתות החברתיות מציעים כיום שלל כלים דיגיטליים להעברת מסרים בצורה יעילה ואפקטיבית. תכנית הקורס מקנה הכרות בסיסית של השפה המקצועית וחשיפה לכלי השיווק באמצעות האינטרנט.

מטרות הקורס:

- הבנת השפה המקצועית ותהליכי קבלת החלטות אסטרטגיות לשיווק באמצעות האינטרנט
- הכרת היתרון התחרותי באמצעות האינטרנט ומדידת אפקטיביות

נושאים עיקריים:

- ☐ שיווק אינטראקטיבי ושיווק באינטרנט
- ☐ נוכחות אפקטיבית באינטרנט (מרכיבי השיווק וסוגיות משפטיות)
- ☐ ממשקי פרסום (אופטימיזציה, מעקב ומדידה)
- ☐ קידום אתרים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

השפה משמשת אותנו בהעברת מסרים בחיי היום יום ובמסגרת עבודתנו. העברת אותם מסרים בלשון תקינה, ברורה ומובנת היא אתגר מקצועי ואישי. תכנית הקורס מקנה ידע בתחום הלשון לצד כלים מעשיים לשיפור הניסוח והכתיבה בעברית, אשר יועילו לכל עובד במסגרת תפקידו ובחיייו האישיים.

מטרות הקורס:

- הכרת הגישות החדשות בעריכה לשונית ובטיפול בטקסטים שונים

נושאים עיקריים:

- ☐ העריכה הלשונית - מבוא
- ☐ שיקולים בעבודת העורך
- ☐ סוגיות בלשון ובניסוח
- ☐ סדנאות: עריכת ספרות, עריכה מנהלית, עריכה טכנית, עריכת עיתון
- ☐ תיקוני דקדוק ותיקוני תחביר
- ☐ שגיאות נפוצות בכתיבה ובדיבור
- ☐ עריכה ממחשבת

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

עריכה לשונית וכתובה מנהלית

תמצית הקורס:

השפה משמשת אותנו בהעברת מסרים בחיי היום יום ובמסגרת עבודתנו. העברת אותם מסרים בלשון תקינה, ברורה ומובנת היא אתגר מקצועי ואישי. תכנית הקורס מקנה ידע בתחום הלשון לצד כלים מעשיים לשיפור הניסוח והכתיבה בעברית, אשר יועילו לכל עובד במסגרת תפקידו ובחייו האישיים.

מטרות הקורס:

- שיפור מיומנויות כתיבה והבעה
- שליטה בכתיבה ובעריכה לשונית

נושאים עיקריים:

- ☐ עריכה לשונית - מבוא
- ☐ כללי כתיב וסמני פיסוק
- ☐ תחביר ודקדוק
- ☐ עקרונות הכתיבה והניסוח
- ☐ סוגי מסמכים מנהליים, מכתב, מזכר, דו"ח, פרוטוקול, נוהל
- ☐ עקרונות מרכזיים בבניית טקסט
- ☐ סימני עריכה גרפיים
- ☐ מכתבי תגובה
- ☐ ניבים ומטבעות לשון
- ☐ דו-משמעות וחד-משמעות
- ☐ כללי תעתיק
- ☐ סדנא התנסותית בכתיבה מנהלית ובעריכה לשונית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



פסיכולוגיה התנהגותית

תמצית הקורס:

תחום הפסיכולוגיה מעניק לעוסקים בו כלים להבנת התנהגות האדם והמניעים להתנהגותו. תכנית הקורס מספקת הכרות עם הזרמים השונים בפסיכולוגיה, השפעתם על החברה, מאפייני הפסיכולוגיה ההתפתחותית, החינוכית והחברתית והקניית מיומנויות להתמודדות עם שינויים נורמטיביים בחברה המודרנית.

מטרות הקורס:

- הכרת מושגי יסוד וגישות תיאורטיות ומחקריות בפסיכולוגיה
- הכרת כלי המחקר העיקריים

נושאים עיקריים:

- מבוא לפסיכולוגיה - גישות, שיטות מחקר
- תהליך התפיסה
- למידה והתניה - גישה ביהביוריסטית, התניה קלאסית ואופרנטית, גישה קוגניטיבית ולמידה חברתית
- תיאוריות המוטיבציה
- פסיכופתולוגיה
- שיטות טיפול
- החשיבה
- פסיכולוגיה חברתית/ פיזיולוגית/ קלינית/ קוגניטיבית/ חינוכית
- קוגניציה חברתית (חשיבה סבבתית, תהליכי ייחוס, סכמות וסטריאוטיפים)

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

אסרטיביות היא יכולת תקשורתית חברתית שמסייעת לתקשורת טובה יותר עם הסביבה, לתחושה של ביטחון עצמי, להופעת הקול האישי שלנו ולעצמאות בהחלטותנו. במעגלים רבים בחיינו אנו נדרשים לא פעם להתנהגות אסרטיבית, אך לא תמיד מצליחים להביא אותה לידי ביטוי. תכנית הקורס מקנה הכרות עם מאפייני האסרטיביות ומספקת כלים באסרטיביות ככלי מנהיגותי חיובי להשגת מטרות.

מטרות הקורס:

- הכרות עם מאפייני האסרטיביות
- הכרת כלים לשימוש באסרטיביות להשגת מטרות

נושאים עיקריים:

- הגדרות לאסרטיביות
- בסיס תיאורטי לאסרטיביות
- סגנונות אסרטיביים
- הצורך באסרטיביות
- ניהול אסרטיבי
- תרגול טכניקות אסרטיביות
- מו"מ אסרטיבי להשגת תוצאות (מיומנויות תקשורת בין-אישית)

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

שפת הגוף ותקשורת לא מילולית

תמצית הקורס:

שפת הגוף היא אמצעי התקשורת הבסיסי ביותר, המסייע לאנשים לתקשר, ולהעביר מסרים, ובאמצעותה האדם מבטא את רגשותיו ומחשבותיו. תכנית הקורס עוסקת בסגנונות תקשורת שונים ובהיבטים נוספים של הופעה מול קהל ושל העברת מסרים.

מטרות הקורס:

- הכרת ממדים וסגנונות של שפת הגוף
- הקניית כלים להעצמת הסגנון האישי והגברת האפקטיביות בהעברת מסרים

נושאים עיקריים:

- ☐ תקשורת לא מילולית - ממדים
- ☐ שפת הגוף - מודלים מרכזיים
- ☐ כלים לא מילוליים
- ☐ שליטה בעזרת תקשורת
- ☐ אבחון הזולת - ניתוח והבנת התנהגויות
- ☐ מודעות עצמית - טכניקות ומיומנויות שליטה בשפת הגוף ובתקשורת לא מילולית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

התקשורת שלנו עם הזולת קובעת את יכולתנו להשיג את מטרותינו, לבטא את עצמנו ואת אופי האווירה שאנו משרים ובה אנו פועלים. תכנית הקורס מספקת הכרות עם מושגים מרכזיים בתחום התקשורת הבינאישית וחשיפה לתאוריות שונות.

מטרות הקורס:

- הכרת מודלים בתקשורת
- הכרת מודלים לפתרון תקלות לצורך קידום ויצירת סביבת עבודה נעימה

נושאי עיקריים:

- ☐ מודלים בתקשורת בינאישית
- ☐ מאפיינים בתקשורת בינאישית
- ☐ סגנונות וסוגי תקשורת ותקשורת בינאישית
- ☐ תקשורת אישית וחברתית
- ☐ סטריאוטיפים ודעות קדומות
- ☐ מדיה ויצירתיות
- ☐ דילמות בתקשורת

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

בשנים האחרונות מתגברת ההכרה שהאינטליגנציה הרגשית משפיעה רבות על התפקוד האישי, האינטראקציה הבינאישית וההצלחה המקצועית. תכנית הקורס עוסקת בערך הרגשי כגורם משפיע על התפקוד, מקנה כלים לשיפור המודעות העצמית ודנה בחשיבות האינטליגנציה הרגשית כמרכיב ההצלחה בחיים ובקריירה.

מטרות הקורס:

- הכרת כלים וטכניקות לשיפור מיומנויות האינטליגנציה הרגשית
- חשיבות האינטליגנציה הרגשית לפיתוח הפוטנציאל האישי והאנושי

נושאים עיקריים:

- הגדרות לאינטליגנציה רגשית
- אינטליגנציה רגשית כיכולת קוגניטיבית
- אינטליגנציה רגשית כתכונת אישיות
- מודלים מעורבים לאינטליגנציה רגשית
- בקורות על אינטליגנציה רגשית (תיאוריה, מדידה, ממצאים)
- יחסי גומלין בין אינטליגנציה רגשית ובין אינטליגנציה קוגניטיבית
- שימוש באינטליגנציה רגשית לקידום אינטרסים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

חשיבה וחשיבה יצירתית

תמצית הקורס:

רובנו חיים בעולם שגרתי עם דפוסי מחשבה קבועים, אך באמצעות פיתוח חשיבה יצירתית ניתן לפרוץ גבולות אלו. החשיבה היצירתית ככלי ליצירת שינוי והתקדמות - כיצד? תכנית הקורס עוסקת בפיתוח מיומנויות בהתמודדות מול אילוצים ובעיות, דרך פיתוח חשיבה יצירתית, שבירת מחסומים וקיבעונות.

מטרות הקורס:

- הבנת התהליכים הפסיכולוגיים של תהליכי החשיבה
- פיתוח חשיבה יצירתית שיטתית

נושאים עיקריים:

- ☐ אינטליגנציה וחשיבה יצירתית
- ☐ התת-מודע וחשיבותו
- ☐ טכניקות יצירתיות
- ☐ המוח האנושי
- ☐ הזיכרון האנושי
- ☐ גורמים מעוררי חשיבה
- ☐ חשיבה יצירתית ואינטואיציה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

תחושות של לחץ ושחיקה הן תופעות מוכרות בשגרת העבודה ובחיים האישיים. מה הגורמים להן? כיצד אפשר להתמודד איתן? הבנה של הסיבות והרקע לתופעות אלו ושל הדרכים להימנע מהן או להקל עליהן תוכל להביא לשיפור באיכות החיים. תכנית הקורס מספקת הכרת ההיבטים הפיזיולוגיים, הפסיכולוגיים והקוגניטיביים של לחץ ושחיקה ומקנה כלים לדרכי התמודדות עימם.

מטרות הקורס:

- הכרת מקורות הלחץ והשחיקה
- הכרת כלים וטכניקות להתמודדות עם לחץ ושחיקה

נושאים עיקריים:

- ☐ מהו לחץ נפשי
- ☐ מהי שחיקה נפשית
- ☐ אפיוני סביבת העבודה כגורמי שחיקה
- ☐ שחיקה במקצועות השירות
- ☐ שחיקה בארגונים ביורוקראטיים
- ☐ התמודדות בשחיקה בתחום המערכת הארגונית והחברתית
- ☐ התמודדות בשחיקה ברמת הפרט
- ☐ שחיקה מחוץ למסגרת העבודה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

סדנאות להפגת מתחים

תמצית הקורס:

סביבת העבודה בעולם המערבי רוויה במתחים ולחצים שנובעים משינויים ארגוניים, שעות עבודה מרובות, עמידה ביעדים ואי יציבות תעסוקתית. תכנית הקורס עוסקת בזיהוי הסימנים למתח נפשי והכלים להתמודד עימם, בין השאר באמצעות מוסיקה ושיתוף פעולה עם עמיתים לעבודה.

מטרות הקורס:

- הכרת כלים ומיומנויות להתמודדות עם מתחים נפשיים

נושאים עיקריים:

- מבוא לפסיכולוגיה התנהגותית
- היבטים פיזיולוגיים
- דפוסי אישיות ותגובתם למתחים
- גורמים מאפיינים של מתח נפשי
- תגובות קוגניטיביות ופיזיולוגיות כמנגנוני הגנה
- שיתוף ועבודת צוות למניעת מתחים בעבודה
- דרכים להתמודדות עם מתח נפשי לטווח הקצר ולטווח הארוך

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

בעידן שבו המודעות להטרדה מינית הולכת וגדלה, חשוב הן כעובדים והן כמעבידים להבין ולהכיר את החוק למניעת הטרדה מינית ואת הניואנסים שבו. תכנית הקורס מקנה ללומדים ידע מקיף בנושא ודרכים לטיפול ומניעת התופעה.

מטרות הקורס:

- העמקת הידע בתחום הטרדה מינית בעיקר במקום העבודה

נושאים עיקריים:

- ☐ מהי הטרדה מינית
- ☐ החוק למניעת הטרדה מינית
- ☐ תקנות למניעת הטרדה מינית
- ☐ חובות המעביד ואחריותו לפי החוק והתקנות
- ☐ הטיפול בבעיית ההטרדה המינית
- ☐ דרכים להתמודדות עם הטרדה מינית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

אלימות במשפחה הינה תופעה קיימת, אמיתית ורווחת, הרבה יותר משהיינו רוצים לחשוב ולשער. בין אם זו אלימות פיזית או מילולית ישנה חשיבות להעלאת המודעות לתופעה ובעיקר לדרכים להתמודד עמה. תכנית הקורס עוסקת בהכרת הדילמות הקשורות לטיפול בנושא ומתן כלים מעשיים למניעת האלימות במשפחה.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע והבנה בנושא האלימות במשפחה ובדרכים למניעתה והתמודדות עמה

נושאים עיקריים:

- ☐ הגדרת סוגי אלימות במשפחה
- ☐ גישות תיאורטיות בהבנת מאפייני התופעה
- ☐ דילמות אישיות, אתיות וטיפוליות בהתערבות באלימות במשפחה
- ☐ גישות התערבות - פרטניות, זוגיות וקבוצתיות
- ☐ שירותים חברתיים המטפלים באלימות במשפחה
- ☐ תכניות למניעת אלימות וחינוך
- ☐ החוק למניעת אלימות במשפחה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



שוויון מגדרי

תמצית הקורס:

החברה המודרנית מכירה בתפקיד ההון האנושי בכל תחומי החיים ובשוק התעסוקה. עם זאת, ניתן לעיתים להבחין באפליה מגדרית בארגונים שונים. תכנית הקורס עוסקת בהיבטים השונים של מקום הנשים והגברים בעולם העבודה, הבנת עמדות מפתח ותפיסות שונות של נשים מול גברים בארגונים שונים והבנת הפערים בין הרצוי למצוי.

מטרות הקורס:

- בחינת מקומו של המגדר בעולם העבודה
- הבנת עמדות ותפיסות כלפי נשים בארגוני עבודה שונים (עסקיים, ציבוריים והמגזר השלישי)
- הבנת הפערים בין רצוי ומצוי במיקומם של נשים וגברים בהירארכיה הכלכלית

נושאים עיקריים:

- ☐ בחירת מקצוע דיפרנציאלית של נשים וגברים - בחירה חופשית?
- ☐ ניהול קריירה וקידום נשים וגברים בעבודה
- ☐ מדיניות תעסוקה ידידותית למשפחה העובדת
- ☐ התמכרות של נשים וגברים לקריירה והשלכותיה
- ☐ אסטרטגיות לשינוי חברתי בעולם העבודה
- ☐ החשיבה הפמיניסטית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

ניהול משאבי אנוש במבט מגדרי

תמצית הקורס:

בעידן המודרני נשים תופסות מקום חשוב בארגונים השונים, הן ממלאות תפקידים שונים ומגוונים בכל דרגי עבודה וניהול. תכנית הקורס עוסקת בהיבטים שונים הכרוכים בניהול קריירה וקידום נשים בשוק העבודה, לרבות הבנת עמדות ותפיסות כלפי נשים בארגוני עבודה שונים.

מטרות הקורס:

- חשיפת הקשר המורכב שבין מגדר ובין תרבות ואקלים ארגוניים
- הבהרת סיבות לקידום לא שוויוני של נשים וגברים בארגון

נושאים עיקריים:

- ☐ שוק העבודה בבחינה מגדרית - תמונת מצב מעודכנת
- ☐ הנעת עובדים והגורם האנושי בארגון
- ☐ משאבי אנוש בארגון
- ☐ סגנונות ניהול - הדומה והשונה מבחינה מגדרית
- ☐ תרבות ואקלים ארגוני
- ☐ מסך הערכים הארגוני
- ☐ מנהיגות ארגונית כמעצבת מודלים מוסריים
- ☐ נשים, מגדר וחברה בעידן המודרני - סיכום

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

המהפכה הפמיניסטית גרמה לנשים רבות לצאת לעבודה ולדרוש זכויות כלכליות, פוליטיות וחוקיות שוות לגברים. עם השנים הבינו הנשים שגם אחרי הישגים רבים בתחום הפוליטי והכלכלי נותרו עדיין הבדלים ברורים בין נשים וגברים ושיש להמשיך ולפעול לקידום המנהיגות הנשית. תכנית הקורס עוסקת בהעצמה נשית, קידום בעבודה, בניית בטחון עצמי והשפעת התרבות הארגונית על המוטיבציה של נשים להצלחה.

נושאים עיקריים:

- ☐ אסרטיביות ככלי מרכזי להעצמה
- ☐ מגדר, אפיונים וצרכים
- ☐ הפמיניזם ככלי להעצמת נשים
- ☐ פיתוח עוצמה ומודעות אישית, לקידום בעמדות השפעה, לתהליכי קבלת החלטות, לניהול ולמתן דוגמא אישית
- ☐ מיומנויות וסגנונות ניהול גבריים ונשיים - השוני והמשותף
- ☐ חזון האידיאולוגיה השוויונית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



עידן חדש

תמצית הקורס:

המודעות העולמית לנזקים הצפויים לסביבה שלנו ולכדור הארץ הולכת וגדלה וכך גם רצון החברה לקבל ידע ומודעות בשימור והגנה על איכות הסביבה. תכנית הקורס עוסקת במושגים ובתאוריות ומציגה את אחד הנושאים החמים ביותר על סדר היום העולמי.

מטרות הקורס:

- הכרת מכלול הנושאים בתחום איכות הסביבה
- הכרת הדרישות מהמפעל, על פי החוק, בתחום איכות הסביבה

נושאים עיקריים:

- הגורמים המרכזיים, סמכויותיהם ואחריותם
- מדיניות המשרד להגנת הסביבה
- ניצול משאבים יעיל ואפקטיבי
- תקינה וחקיקה בארץ ובחו"ל
- ניהול מפעל בתחום איכות הסביבה ותיעוד (אנרגיה, שפכים, פליטות לאוויר, מים, פסולת, חומרים מסוכנים, מוצרים, קרקעות)
- אחריות פלילית, רגולציה
- כלכלה, טכנולוגיה ותקשורת סביבתית
- תהליכי תכנון בישראל

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

ניהול נכון של שעות הפנאי תורם רבות לאיכות חיינו ולבריאותנו. הנאה מפעילות בשעות הפנאי מביאה למניעה והורדה של דיכאון, מתח וכעס, לעלייה בביטחון העצמי, לשיפור יכולות, לפיתוח היצירתיות ולעלייה בתחושת הסיפוק העצמי. תכנית הקורס עוסקת בהיבטי הפנאי המגוונים ומספקת כלים לניהול הפנאי באופן אופטימלי.

מטרות הקורס:

- הכרת נושאי הפנאי על היבטיהם המגוונים

נושאים עיקריים:

☐ היבטי הפנאי - תיאוריות, מחקרים, רמה קלינית

☐ היסטוריה של נושא הפנאי

☐ משחק ויצירתיות

☐ פנאי - ילדים ונוער

☐ פנאי - נשים וגברים

☐ פנאי וזקנה

☐ פנאי ועבודה

☐ יעוץ לפנאי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

ניהול נכון של שעות הפנאי תורם רבות לאיכות חיינו ולבריאותנו. הנאה מפעילות בשעות הפנאי מביאה למניעה והורדה של דיכאון, מתח וכעס, לעלייה בביטחון העצמי, לשיפור יכולות, לפיתוח היצירתיות ולעלייה בתחושת הסיפוק העצמי. תכנית הקורס עוסקת בהיבטי הפנאי המגוונים ומספקת כלים לניהול הפנאי באופן אופטימלי.

מטרות הקורס:

- הכרת דרכי ייעוץ והכוונה בתחום ניהול זמן
- הכרת ההיבטים התיאורטיים והמעשיים של הפנאי ברמה האישית והארגונית

נושאים עיקריים:

- מבוא ללימודי הפנאי
- הגדרות, מושגים ותופעות
- חינוך לפנאי
- פנאי על רצף החיים
- פנאי לבעלי צרכים מיוחדים
- מיומנויות פנאי
- כלים למיפוי זמנים, לזיהוי אפיונים וצרכים
- אבחון גורמים מעכבים
- נטיות פנאי
- מודלים פסיכולוגיים
- תיאוריות ומודלים של ייעוץ בתחום הפנאי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

כל אדם הוא אינדיבידואל בעל יכולות ורצונות ייחודיים לו. המפתח להובלת שינוי אישי והעצמה טמון בהכרות עם האישיות שלך, החל משינוי חשיבה והרגלים ועד גיבוש חזון אישי והצבת יעדים. תכנית הקורס מקנה כלים לניהול עצמי והעצמה אישית.

מטרות הקורס:

- הכרת העקרונות המנחים של האימון
- הכרת מיומנויות האימון האישי ושיטות עבודה עיקריות

נושאים עיקריים:

- ❑ עקרונות יסוד - רציונאל ותהליך האימון
- ❑ ערכים מעצבים, גיבוש החזון האישי, בניית תכניות והצבת יעדים
- ❑ כלי האימון, העצמה, הקשבה, פרדיגמות חשיבה ושאלת שאלות
- ❑ טיפול בכוחות מונעים, אזורי נוחות, פחדים, תוויות
- ❑ תחקיר מקדם, מדדים ומדידה
- ❑ תקשורת מעצימה ותקשורת מקדמת
- ❑ כלים לניהול עצמי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
50 שעות	13	190 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

גרונטולוגיה והכנה לפרישה -קצר

תמצית הקורס:

הפרישה מהעבודה מלווה בשינויים המצריכים הכנה והתמודדות במישורי החיים השונים של האדם הפורש, התמודדות נפשית ופיזיולוגית, שינויים בזוגיות ובמשפחה, שינויים כלכליים, ניהול נכון של שעות הפנאי ועוד. תכנית הקורס מקנה ידע וכלים להסתגלות והתמודדות עם הפרישה על רבדיה השונים.

מטרות הקורס:

- הבנת הצרכים הפיזיולוגיים והנפשיים הכרוכים בפרישה
- התוודעות לצורך להסתגל לשינויים באורח החיים לקראת ולאחר הפרישה

נושאים עיקריים:

- ☐ תהליכי שינוי ומעברים בחיים
- ☐ הפיזיולוגיה של הזקנה
- ☐ מערכות החיים במשפחה הבוגרת
- ☐ מצוקות והפרעות נפשיות
- ☐ בעיות תעסוקה
- ☐ היבטים משפטיים בתהליך הפרישה
- ☐ מודלים של תכניות להכנת הפרישה
- ☐ תרבות הפנאי ואוכלוסיית הגמלאים בישראל

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

גרונטולוגיה והכנה לפרישה - ארוך

תמצית הקורס:

הפרישה מהעבודה מלווה בשינויים המצריכים הכנה והתמודדות במישורי החיים השונים של האדם הפורש, התמודדות נפשית ופיזיולוגית, שינויים בזוגיות ובמשפחה, שינויים כלכליים, ניהול נכון של שעות הפנאי ועוד. תכנית הקורס מקנה ידע וכלים להסתגלות והתמודדות עם הפרישה על רבדיה השונים.

מטרות הקורס:

- הכרת הקשיים הפסיכולוגיים והפיזיולוגיים בפרישה
- הכרת כלים להתמודדות עם מצוקות וקשיים
- הקניית ידע והבנה לניצול שעות הפנאי ולתוחלת חיים בריאים

נושאים עיקריים:

- ☐ שינוי ומעברים בחיים - מבוא
- ☐ ביטוח לאומי - זכויות, נהלים וחוקים
- ☐ פיזיולוגיה ויכולת קוגניטיבית
- ☐ פעילות גופנית ובריאות בגיל הפרישה
- ☐ אצל המבוגר
- ☐ ניצול שעות הפנאי ופיתוח
- ☐ דמוגרפיה בחברה בישראל
- ☐ תרבות הפנאי
- ☐ פרישה מעבודה ופרישה כתהליך שינוי
- ☐ מצוקות ואיכות חיים לאחר הפרישה
- ☐ מודלים של תוכניות להכנה לפרישה
- ☐ זיכרון ולמידה לאחר הפרישה
- ☐ היבטים משפטיים בתהליך הפרישה
- ☐ בוגר, משפחה, קהילה - יחסי גומלין
- ☐ ניהול כספים, תוכניות פנסיה ומיסוי
- ☐ בתהליך הפרישה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

כישורי חיים הינם תכונות טבעיות או נרכשות, שהן תנאי לתפקודו המלא של האדם בחיי היום-יום. מהות הקורס הינה שיפור כישורי חיים באמצעות השיטה הפסיכולוגית NLP. תכנית הקורס עוסקת בדמיון מודרך ומדעות אישיות ככלים ליצירת מציאות ותהליכי שינוי.

מטרות הקורס:

- הכרת העקרונות העיקריים להצלחה ולהשתלבות בחיים האישיים והבינאישיים
- הכרת הכלים למצינות

נושאים עיקריים:

- ☐ תהליך הלמידה
- ☐ מערכת לומדת ומערכת מלמדת
- ☐ הנחות יסוד ועקרונות ה- NLP
- ☐ תהליכי שינוי והתפתחות
- ☐ גישות המצינות בחיים האישיים ובעבודה
- ☐ מודל התקשורת של NLP
- ☐ זהות ובטחון עצמי
- ☐ קסם אישי וכריזמה
- ☐ התוצאות המעצימות - עקרונות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

כוחה של הקבוצה והשימוש בעבודה קבוצתית הולך וצובר תאוצה, אם כקבוצת למידה הנדרשת לפיתוח מיומנויות, כקבוצת חשיבה יצירתית, או כקבוצה העומדת בפני משימה ארגונית. תכנית הקורס מקנה ידע וטכניקות של עבודה קבוצתית והנחיית הקבוצה באופן מיטבי ויעיל.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע על מבנה הקבוצה וכלי ההנחיה הדרושים לפיתוח אישי וקבוצתי

נושאים עיקריים:

- ☐ הקבוצה - שלבי התפתחותה
- ☐ עבודה קבוצתית - תופעות
- ☐ מודלים וסוגי הקבוצות, תפקידים בקבוצה
- ☐ סגנונות תקשורת בקבוצה
- ☐ פתרון קונפליקטים וטיפול בהתנגדויות
- ☐ תפקידי המנחה וסגנונות הנחיה
- ☐ ניהול ומנהיגות בקבוצה ובצוות
- ☐ התאמת העבודה בהתאם למודלים קבוצתיים
- ☐ טכניקות של הנחיה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



סדנת הכנה לפרישה

מרגע לידתנו, רובנו צועדים במסלול כללי די קבוע וידוע מראש, החל ממסגרות חינוכיות, צבא, השכלה ועד לכניסתנו לשוק העבודה, בו אנו מבילים את מרבית שנותינו.

תקופת הגמלאות היא התקופה הראשונה בחיינו שבה אנו חיים ללא המסגרת שבמידה רבה הגדירה את זהותנו.

הפרישה מהעבודה מלווה בשינויים, המצריכים התמודדות והסתגלות במישורי החיים השונים. חשוב להבין את האתגרים, הצרכים הפיזיולוגיים והנפשיים, השאיפות והאפשרויות הגלומות בשגרת החיים החדשה שמהווה נקודת פתיחה מצוינת לחיזוק משפחתי, להתפתחות אישית, להתנדבות משמעותית ואף לקריירה שניה.

תכנית הקורס "הכנה לפרישה" מקנה ידע וכלים חיוניים בקבלת החלטות חשובות בשלושה רבדים מרכזיים בחיי הפורש: הרובד האישי-משפחתי, הרובד הכלכלי-פיננסי והרובד החברתי-תעסוקתי.

פירוט נושאי הלימוד

• משמעות הפרישה מהעבודה - צומת דרכים משמעותית ומאתגרת. • תהליכי שינוי ומעברים בחיים - חששות, פחדים וחסמים בתהליך, כיצד מתמודדים ומתגברים עליהם? • בקבלת החלטות ובניית מטרות ודרכים לצמיחה אישית, סיפוק ומימוש עצמי. • התמודדות משפחתית וזוגית עם היציאה לפנסיה • מערכות היחסים במשפחה המורחבת והרב דורית • שיפור התקשורת הבינאישית והסובלנות ההדדית • סבא וסבתא בעידן המודרני: איך להיות מעורבים מבלי להתערב? • התמודדות וטיפול בהורים מזדקנים.	הרובד האישי-משפחתי
• תכנון מקורות ההכנסה בגיל פרישה - קצבאות ביטוח לאומי, חיסכון פנסיוני ומיסוי. • זכויות אזרח ותיק, ביטוחי בריאות וסיעוד. • השקעות בגיל השלישי ובניית חזון כלכלי. • היבטים משפטיים בתחום הפרישה - הסדרת הרכוש במשפחה, צוואות וירושות וסוגיות משפטיות רלוונטיות לדיני עבודה.	הרובד הכלכלי-משפטי
• שמירה על אורח חיים בריא - תזונה נכונה ופעילות גופנית כדרך חיים • מימוש עצמי ופיתוח תעסוקתי בפרישה - בניית לוח זמנים ופעילויות, פעילות התנדבותית, תרבות הפנאי, הגשמת חלומות ותחביבים.	הרובד החברתי-תעסוקתי

עלות הקורס: 152 ₪

לעמית ב - 100% משרה, החבר בשתי העמותות.

אורח חיים בריא ע"פ שיטת הרמב"ם

תמצית הקורס:

סביבת החיים בעולם המודרני רוויה מתחים, לחצים, שעות עבודה מרובות, שפע מזון וזמינותו - כל אלו עלולים לגרום לתסמינים פסיכולוגיים וגופניים כאחד, התקפי חרדה, חוסר אנרגיה וכד'...

זה הזמן לחזור לשורשים, לתת לטבע ולסגולותיו לעשות את שלהם - לרפא את הגוף והנפש!

מטרות הקורס:

הקניית כלים לשמירה על הבריאות ומניעת מחלות על ידי אורח חיים בריא ותזונה נכונה

נושאים עיקריים:

- ☐ הסוד לבריאות ע"פ רפואת הרמב"ם - הרגלי בריאות ותזונה נכונה
- ☐ חיזוק מערכת החיסון הפיזית והנפשית
- ☐ דרכים למניעת מחלות: סוכרת, כולסטרול, לחץ דם, אוסטאופורוזיס, צרבות
- ☐ בריאות המוח ושיפור הזיכרון, העלאת האנרגיה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

התפתחות הבינה המלאכותית מציבה אתגרים והזדמנויות רבות בעידן המודרני, ומשפיעה על ההתנהלות בסביבת העבודה ובחיי היום יום.

קורס "בינה מלאכותית יוצרת" מתמקד במתן כלים לפיתוח מיומנויות תקשורת יעילה בעולם החדש, תוך אינטראקציה עם מערכות מתקדמות המבוססות על מודלי שפה. מטרת הקורס היא להעניק למשתתפים הבנה מעמיקה ורב-תחומית של תחום הבינה המלאכותית היוצרת, וכלים לשיפור התקשורת הכתובה, כתיבה יצירתית, ויכולת לייצר תכנים מדויקים ומותאמים אישית בקלות רבה יותר.

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לבינה מלאכותית - מושגים מרכזיים
- ☐ ההיסטוריה של בינה מלאכותית
- ☐ הנדסת פרומפטים - טכניקות לתקשורת עם צ'אטבוטים מבוססי מודלי שפה גדולים
- ☐ תרגול השימוש ב - chatGPT
- ☐ תכתובת משרדית עם AI
- ☐ כתיבה יצירתית עם AI
- ☐ יצירה עם מחוללי תמונות - בינג, Leonardo, ideogram
- ☐ יצירת מצגות מעוצבות עם AI - הכרת קנבה, טכניקות עיצוב ופוטושופ בקלות
- ☐ כתיבת תסריט ויצירת סרטונים עם AI
- ☐ עקרונות אתיים בהטמעת כלים מבוססי בינה מלאכותית יוצרת
- ☐ מגמות עתידיות בתחום הבינה המלאכותית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

לוגותרפיה ככלי להתמודדות עם אתגרי העידן החדש

תמצית הקורס:

הלוגותרפיה היא גישה אופטימית ומעשית, המדגישה את הכח האנושי למציאת משמעות וצמיחה מתוך קושי ומשבר.

במהלך הקורס נצא יחד למסע ייחודי וחד פעמי לחיפוש אחר משמעות החיים. נקבל כלים להתעלות מעל הקושי ויכולת לפתח תקווה גם במצבים מאתגרים.

מטרות הקורס:

קבלת כלים למציאת משמעות ואופטימיות במצבי קושי ומשבר.

נושאים עיקריים:

- ☐ יסודות הלוגותרפיה
- ☐ הכאב כמצפן משמעות
- ☐ מה מחזיק אותנו?
- ☐ אופטימיות טראגית
- ☐ אובדן וצמיחה בראי היהדות
- ☐ נתיבי צמיחה - להישאר שפוי, חוזקות
- ☐ המתנה שבחרדה - איך נתמודד עם פחדים וחרדות
- ☐ הבחירה - המעבר מקורבן למנהיג של חיי
- ☐ לומר כן לחיים - משמעות וחשיבות האושר

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

האוניברסיטה הפתוחה
THE OPEN UNIVERSITY OF ISRAEL
الجامعة المفتوحة



בשיתוף האוניברסיטה הפתוחה



דיפלומה

בית הספר ללימודי תעודה והסמכה
לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה

קורס "הום סטיילינג"

תמצית הקורס:

העמותה לקידום מקצועי בשיתוף בית הספר "דיפלומה", מבית לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה מזמינה אתכם להצטרף לקורס הום סטיילינג והלבשת הבית - המשלב את עיצוב החלל באופן יצירתי ורענן באמצעות שימוש במרכיבים כגון ריהוט, יצירות אמנות, אביזרים ייחודיים, צבע, טקסטיל, תאורה ועוד.

כל זאת, במטרה ליצור אווירה ייחודית בחלל קיים, ולשקף סגנון וטעם אישי.

הקורס עדכני, וכולל הרצאות של מרצים מקצועיים ומנוסים בתחום זה, וכן סיורים שבעזרתם תרחיבו את ידיעותיכם, תבטאו את יכולותיכם ואת היצירתיות הטמונה בכם

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לעיצוב חומרים
- ☐ טקסטיל, צבע, תאורה
- ☐ פאנג שוואי
- ☐ ריהוט
- ☐ חדרי רחצה, חדרי שינה וחדרי ארונות, חדרי ילדים
- ☐ הסלון, פינות עבודה ופינות אחסון
- ☐ מטבח ופינת אוכל
- ☐ קריאת תוכנית אדריכלית
- ☐ סיורים מקצועיים

* הקורס אינו מוכר לגמול השתלמות

* תעודת גמר: עומדים בדרישות הקורס יהיו זכאים לתעודה מטעם דיפלומה - בית הספר ללימודי תעודה של מערך לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	499 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

בעולם הארגוני העכשווי נדרשים מנהלים, ראשי מחלקות ובעלי תפקידים אחרים להוביל את אנשיהם להשגת יעדים ומטרות. כדי ליצור דינמיקה קבוצתית יעילה, לעודד שיתופי פעולה, ולהוביל לצמיחה ולהשגת המטרות הרצויות הקבוצה, נחוצים כישורי הנחיה מחודדים.

העמותה לקידום מקצועי בשיתוף ביה"ס "תפנית" - מבית לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה מזמינים אתכם לקורס "הנחיית קבוצות" שיקנה לכם את הידע התיאורטי כדי להפוך למנחי קבוצות מקצועיים. במסגרת זו תתוודעו לתופעות ולתהליכים המתרחשים בקבוצה, מרגע הקמתה ועד סיום פעילותה.

נושאים עיקריים:

- ☐ שלבי התפתחות קבוצה
- ☐ תופעות אופייניות בעבודה קבוצתית
- ☐ מרכיבים בבניית קבוצה (Setting)
- ☐ סוגי קבוצות, תפקידים בקבוצה
- ☐ תוכן מול תהליך
- ☐ סגנונות תקשורת בקבוצה
- ☐ הקשבה פעילה ותקשורת בין-אישית אפקטיבית
- ☐ טיפול בהתנגדויות
- ☐ תפקידי המנחה, סגנונות הנחיה

* הקורס אינו מוכר לגמול השתלמות

* תעודת גמר: העומדים בדרישות הקורס יהיו זכאים לתעודה מטעם ביה"ס תפנית - ביה"ס למנהלים מבית לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	599 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

אנו חיים בעולם משתנה המציב אתגרים בפני מנהלים ומנהלות בכל ארגון. "כללי המשחק" הניהוליים משתנים, המורכבות עולה והסביבה הדינמית מחייבת למידה והתעדכנות תמידיים.

העמותה לקידום מקצועי בשיתוף ביה"ס "תפנית" - מבית לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה מזמינים אתכם לקורס "פיתוח מנהלות".

הקורס נועד להקנות כלים וידע לנשים בתפקידי מפתח במרחב העסקי והציבורי, הדרושים להן על מנת להצליח בתפקידי ניהול, תוך התחשבות באתגרים הייחודיים עימן הן מתמודדות.

נושאים עיקריים:

- ☐ תמונת מצב ניהולית ומגדרית בישראל
- ☐ התמודדות עם אתגרים ייחודיים עימם מתמודדות נשים במרחב העבודה: אפליה, הטרדות, איזון בית-עבודה ועוד.
- ☐ כלים בניהול פיננסי וכלכלי
- ☐ כלים לפיתוח מנהיגות אותנטית: בניית מיתוג אישי והשפעה, פרזנטציה וסטוריטלינג
- ☐ כלים לרישות חברתי ונטוורקינג כולל רשתות חברתיות
- ☐ קבלת החלטות בתנאי אי וודאות
- ☐ ניהול קונפליקטים
- ☐ מיומנויות מו"מ
- ☐ בינה מלאכותית כעוזרת ניהולית

* הקורס אינו מוכר לגמול השתלמות

* תעודת גמר: העומדים בדרישות הקורס יהיו זכאים לתעודה מטעם ביה"ס תפנית - ביה"ס למנהלים מבית לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	599 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



הכשרה מקצועית

תמצית הקורס:

כחלק מחזון העמותות לקידום מקצועי אנו רואים חשיבות רבה בפיתוח והעצמת ההון האנושי, ובפרט בקידום מעמדם של העובדים והעובדות לתפקידי מפתח בארגונים השונים. בכל עובד טמון הפוטנציאל לצמוח, להתקדם, ליזום מהלכים ולעמוד בשורת מקבלי ההחלטות.

לכן אנו מזמינים אתכם/ן להירשם לקורס מרתק ומאתגר בנושא "הכשרת דירקטורים/יות", מתוך מטרה להעמיק ולפתח את הידע והמיומנויות ולהעניק לכם ראייה ניהולית-עסקית עדכנית.

הקורס מאפשר היכרות עם הדין והפרקטיקה, הבנת מכלול השיקולים הרלוונטיים ושימוש בכלים משוכללים לשם מילוי התפקיד על הצד הטוב ביותר.

נושאים עיקריים:

הפן המשפטי: ☐ עקרונות בחוק החברות ☐ אחריות דירקטורים ונושאי משרה ☐ תנאי כשירות וכהונה של דירקטורים ☐ סוגיות בדיני חוזים ☐ אתגרים ודילמות ☐ מחדר הדירקטוריון ☐ סימולציה של ישיבת דירקטוריון

העשרה: ☐ ניהול נשי וגברי במרחב ☐ הניהולי - חזקות ואתגרים ☐ שוויון מגדרי ☐ בדירקטוריונים - היבט חקיקה ☐ פעולות ☐ הוועדה למעמד האישה בכנסת ☐ אחריות ☐ תאגידית ואתיקה ☐ דיאלוג עם מחזיקי עניין וקיימות

הפן הכלכלי: ☐ ניתוח דוחות כספיים ☐ ניהול סיכונים מנקודת מבט של דירקטור ומנכ"ל ☐ וועדת ביקורת וסמכויותיה ☐ עבודת המבקר ☐ שוק הון

תנאי קבלה: 12 שנות לימוד

- * הקורס אינו מוכר לגמול השתלמות
- * תעודת הכשרה של המכללה תינתן לעומדים בהצלחה
- * בדרישות הקורס, הכוללים מבחן בסיום ונוכחות מעל 85%.

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	499 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

העמותה לקידום מקצועי מזמינה אותך להצטרף לקורס "הכשרת מגשרים" בשיתוף קבוצת גומא גבים. בקורס נקבל כלים ומיומנויות לניהול הליך הגישור, ניהול מו"מ ופתרון קונפליקטים וסכסוכים בעולם האישי והמקצועי.

נושאים עיקריים:

- ☐ דרכי התמודדות עם קונפליקטים
- ☐ מיומנויות תקשורת והקשבה
- ☐ יצירת פתרונות לסכסוך
- ☐ עקרונות החיפוש היצירתי

תעודה: תעודת הכשרת מגשרים, (למעט גירושין) מטעם קבוצת גומא גבים, בהתאם למתכונת המומלצת של ועדת גדות (לשעבר) במשרד המשפטים

* הקורס אינו מוכר לגמול השתלמות

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	599 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

ארגונים ומוסדות רפואיים בארץ עוברים כיום מהפכה של התייעלות, שיפור השירות והבנת צורכי הלקוח. הקורס "מזכירות רפואית" הינו קורס מקיף ויסודי, המעניק את הידע והמיומנויות בארגון וניהול המערך הבריאותי, לעבודה כמזכיר/ה רפואית/ת בבתי חולים, קופות חולים ומרפאות פרטיות.

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא למקצוע ולתפקיד
- ☐ מבוא למדעי הרפואה
- ☐ ניהול רישום ודיווח רפואי
- ☐ הכרת המחשב האישי
- ☐ יישומי office
- ☐ הפעלת תוכנה לניהול מידע רפואי
- ☐ סודות ואתיקה מקצועית
- ☐ חיברות ויצירת ערך ללקוח
- ☐ כתיבת קו"ח

תנאי קבלה: 12 שנות לימוד

תעודות: תעודת גמר ותעודת מקצוע מטעם המכללה המבצעת יוענקו לסטודנטים שעמדו בכל מטלות וחובות הקורס בהצלחה:

- * חובת נוכחות של 80% לפחות
 - * עמידה בציון עובר לפחות בשלוש בחינות
 - * ציון מעבר הינו 60 לפחות
- בעתות משבר הלימודים יעברו למתכונת למידה מקוונת

- * הקורס אינו מוכר לגמול השתלמות
- * הקורס אינו מפוקח ע"י משרד העבודה

היקף הקורס	עלות לעמית*
246 שעות	935 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים	

קורס הנהלת חשבונות 1+2

תמצית הקורס:

תחום הנהלת החשבונות מהווה חלק חשוב ומשמעותי בכל מוסד או ארגון, והוא משמש כאמצעי הבקרה העיקרי על רמת הפעילויות הפיננסיות המתרחשות בארגון. תכנית הקורס ערוכה בהתאם לדרישות משרד העבודה ובפיקוח, לצורך הכשרת מנהלי חשבונות.

נושאים עיקריים:

- ☐ חשבונאות פיננסית
- ☐ תורת המסחר והמשק
- ☐ חשבונאות מעשית - ממוחשבת (תוכנת רווחית)
- ☐ פרויקט גמר

תנאי קבלה: 12 שנות לימוד

תעודות: תעודת גמר ותעודת מקצוע יוענקו לסטודנטים שעמדו בכל מטלות וחובות הקורס בהצלחה:

- * חובת נוכחות של 80% לפחות
- * עמידה בציון עובר לפחות בבחינה ממלכתית עיונית
- * עמידה בציון עובר לפחות בבחינה ממלכתית מעשית
- * הגשת פרויקט גמר וקבלת ציון עובר לפחות

בעתות משבר הלימודים יעברו למתכונת למידה מקוונת. באחריות המשתלם לבדוק מול וועדת הגמול הסקטוריאלית הכרה לגמול השתלמות.

היקף הקורס	עלות לעמית*
316 שעות	1200 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים * העלות אינה כוללת אגרת בחינות וספרי לימוד	



מכון אדלר תקשורת מיטבית בעבודה ובמשפחה

עובדים בחיוביות - פסיכולוגיה חיובית

תמצית הקורס:

זה לא מובן מאליו לקום בבוקר בחדווה ובשמחה לקראת עוד יום עבודה. תחשבו על כך שבאפשרותכם לייצר עבורכם מציאות חדשה. בקורס נלמד כיצד מייצרים יחסים טובים יותר, איך הופכים אקטיביים ועובדים בחיוביות.

מטרות הקורס:

- הכרות עם כלים יישומיים מתוך הפסיכולוגיה החיובית, במטרה להתאמן באופטימיות, אמונה עצמית ואומץ לב.

נושאים עיקריים:

- ☐ פסיכולוגיה חיובית ומדעי האושר - מה יוצא לנו מזה?
- ☐ שוויון ערך, תחושת נחיתות ותחושת שייכות
- ☐ תיאוריות החוזקות - התמקדות בחוזקות
- ☐ עקרונות העידוד
- ☐ אופטימיות והכרת תודה
- ☐ תקשורת חיובית - כלים לחיזוק הקשרים במקום העבודה
- ☐ תקשורת מקדמת על מנת לקבל שיתוף פעולה
- ☐ קונפליקטים - איך נוצרים ואיך פותרים
- ☐ מי אני רוצה להיות? איך להפוך להיות אדם חיובי,
- ☐ סדרי עדיפויות וניתוח מצבים.
- ☐ יצירת חזון אישי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס:

התיאוריה האדלריאנית מציעה התבוננת עמוקה ומלמדת על התהליכים החינוכיים המתרחשים בתוך המשפחה. בקורס נעשה היכרות עם דרכי חינוך נפוצות, תחושת שייכות, סובייקטיביות, הצבת גבולות והעצמת הדימוי העצמי של הילדים.

מטרות הקורס:

- העצמת המסוגלות ההורית והקניית ידע וכלים המחזקים סמכות הורית תוך שמירה על כבוד הדדי ושוויון.

נושאים עיקריים:

- ☐ חזון הורי - תקוות וציפיות בהורות ובחינוך הילדים
- ☐ תחושת שייכות ותיאום ציפיות
- ☐ כלים לתקשורת מקרבת - הקשבה, שיתוף, התייעצות ובקשת עזרה
- ☐ עידוד - העצמת הדימוי העצמי של הילדים
- ☐ התנהגויות מפריעות - דפוסים של תשומת לב יתרה ומאבקי כוח
- ☐ הצבת גבולות מתוך כבוד הדדי
- ☐ תוצאות טבעיות והגיוניות כמענה חינוכי המקדם עצמאות ואחריות
- ☐ מערך משפחתי - השפעת מיקום הילד במשפחה על עיצוב אישיותו
- ☐ אווירה משפחתית - ניהול רגשות ויחסים במשפחה.

*מיועד לסייעות בלבד

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

תמצית הקורס: שפה מקרבת הינה שפה אמפתית ומכבדת שתפקידה לנהל יחסים ושיח מקדמים, בונים ומספקים. חלקנו מתנהלים באופן טבעי בדרכי התקשורת המקרבת, אך לא מעטים מאתנו משתמשים בתקשורת אלימה, כוחנית, מאיימת, שופטת או מבקרת אשר נובעת מהשפה שחוונו במשפחת המוצא או מתוך אמונה מוטעית האומרת שאנשים מתנהלים באופן מיטבי כאשר הם מרגישים מאוימים או לחוצים, אמונה שהופרכה באין ספור מחקרים וכמובן פוגעת באווירה במשפחה ובעבודה..

מטרות הקורס:
- קבלת כלים להתנהלות מיטבית באמצעות תקשורת מקרבת, שפה מכבדת, הקשבה, שיתוף ועידוד.

נושאים עיקריים:

- ☐ תקשורת - מהי תקשורת, אילו סוגי תקשורת קיימים: שוויון ערך - על, נחיתות, עליונות ושיח בגובה העיניים
- ☐ להיות נוכח - בחירה, עצירה, חשיבה ולהיות ברגע
- ☐ סובייקטיביות - הכל על צדק ונקודות מבט (הכרת ותרגול מודל אפר"ת)
- ☐ הקשבה - מהי הקשבה פעילה, מיומנויות להקשבה אמפתית
- ☐ שיתוף, התייעצות ובקשת עזרה - כלים לתקשורת משתפת
- ☐ תיאום ציפיות ומשוב ככלים לתקשורת מקדמת
- ☐ עידוד - על דימוי עצמי והיכולת להעצים את האדם השני
- ☐ תקשורת מיטבית בעידן המסכים
- ☐ תקשורת במקום העבודה - איך מייצרים קשרים טובים עם הצוות והנהלה והתמודדות עם קונפליקטים ועימותים במקום העבודה.
- ☐ תקשורת הורית וזוגית - על יחסים במשפחה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

פיתוח חוסן אישי ומשפחתי

תמצית הקורס:

העולם נראה שונה מכל מה שהכרנו... אנו מתמודדים עם מצבי חוסר וודאות והצפה רגשית.

ניתן להתמודד עם פחד וחרדה ולחזק את החוסן הנפשי באמצעות כלים חשובים מעולם הפסיכולוגיה החיובית.

מטרות הקורס:

- התמודדות וחיזוק החוסן האישי והסביבתי.

נושאים עיקריים:

- 4 גורמים לחוסן אישי ומשפחתי
- בחירה נכונה לחיזוק החוסן
- סובייקטיביות - הדרך שלנו להתבונן במבחר עדשות
- עידוד - הדרך לחזק את החוסן האישי והסביבתי
- לראות את הטוב - אופטימיות והכרת תודה
- תחושת שייכות - לפיתוח החוסן האישי והמשפחתי
- תקשורת נכונה לחיזוק החוסן הסביבתי
- קונפליקטים - כהזדמנות לפיתוח חוסן
- תאוריית החוזקות וכלים לחוסן

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		

כלים להבנת התנהגות האדם

תמצית הקורס:

ממה מורכבת אישיות האדם? מהם התהליכים המשפיעים על אישיותנו? כיצד הסביבה שלנו משפיעה על התנהגותנו? תכנית הקורס מעניקה ידע וכלים להבנת תהליכים המתרחשים אצל הפרט, התנהגותו ומורכבותו, ויחסיו עם הסביבה העוטפת אותו.

מטרות הקורס:

- מתן כלים להבנת התנהגות האדם והמניעים להתנהגותו.

נושאים עיקריים:

- ☐ התנהגות - תוצאה של ביטוי רגשי ומחשבתי
- ☐ האדם כאיש חברה
- ☐ סוגי אנשים ותקשורת נכונה איתם
- ☐ סובייקטיביות - הכל על צדק ונקודת מבט
- ☐ חופש הבחירה - ההשפעה על ההתנהגות שלנו
- ☐ הוליווד - האדם השלם ולא המושלם
- ☐ הגורמים המשפיעים על עיצוב האדם
- ☐ משימות החיים - עבודה, חברה, אהבה

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



סדנאות וימי עיון



אורח חיים בריא

יום עיון חוויתי

העמותות לקידום מקצועי חברתי ועמותת מעו"ף לעמית מזמינות אתכם ליום עיון חוויתי שמטרתו להקנות, לשפר ולפתח בכל משתתף תפיסת עולם ומיומנויות של אורח חיים בריא המשלב תזונה, פעילות גופנית ושלווה - רווחה נפשית. במהלך היום נהנה מהרצאה מרתקת בנושא "אורח חיים בריא" ומסדנה חוויתית.

סדר היום

- התכנסות
- דברי ברכה והצגת עמותת מעו"ף לעמית
- הרצאה בנושא "אורח חיים בריא"

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה).

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 • yi@s-on.co.il



בזכות השירות

יום עיון מקצועי

העמותות לקידום מקצועי חברתי מזמינות אתכם ליום עיון מקצועי בנושא חשיבותו של שירות טוב ויעיל ככלי לטיפול ושימור לקוחות. ביום העיון נחدد את הדגשים העיקריים בעולם השירות ונבצע התאמה למגזר הציבורי, חווית הלקוח והיכולת שלו להביע דיעה ועמדה.

סדר היום

- התכנסות
- דברי ברכה
- הרצאה בנושא "בזכות השירות"

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה).

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 • yi@s-on.co.il



חוק ומגדר

הטרדה מינית גבולות גזרה

החברה הליברלית במאה ה-21 מקדמת חופש ופתיחות ללא הבדל מגדרי, במקביל למציאות המשתנה ביחסי הגומלין בין המינים. המודעות בתחום ההטרדות המיניות הולכת ומתפתחת ומחוללת שינוי בדפוסי התנהגות שרווחו במשך שנים, בהם גבולות הגזרה היו מטושטשים. לפיכך, העמותות לקידום מקצועי חברתי מציעות יום עיון חשוב ומרתק בנושא "מניעת הטרדה מינית", שיעסוק בהכרות והבנה של החוק וגבולותיו.

זדר היום

- התכנסות
- דברי ברכה
- הרצאה מרתקת המשלבת הצגה / קטעי תיאטרון בנושא הטרדה מינית במקום העבודה

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה).

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 • yi@s-on.co.il



להיות שכיר לפרוש עשיר

העמותות לקידום מקצועי חברתי מזמינות אתכם ליום עיון חשוב ומעשיר, שמטרתו לספק כלים חשובים לקריאת המפה הכלכלית האישית ומתן מענה למכלול ההתמודדויות או הדילמות הכלכליות אשר מאפיינות את התא המשפחתי.

יום העיון ישלב שתי הרצאות מרתקות. האחת בנושא מבנה תלוש השכר ומרכיביו והשניה בנושא התנהלות כלכלית נכונה באמצעות תכנון וניהול תקציב משפחתי.

לו"ז יום העיון

- התכנסות
- דברי ברכה
- הרצאה בנושא "הדרך לחירות כלכלית"
- הרצאה בנושא "מבנה תלוש השכר"

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה).

להזמנת יום העיון יש לפנות לועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 • yi@s-on.co.il



לחיות את החיים

באנרגיה ובתשוקה

"פיצחנו את הקוד לחיים מלאים בתשוקה ואנרגיה חיובית"

העמותה לקידום מקצועי חברתי בשיתוף עמותת "המעו"ף לעמית" מציעות יום עיון חוויתי ומעורר השראה, אשר מניע ליצירת חיים מלאים באנרגיה ותשוקה.

ההרצאה תעסוק בעוצמה הפנימית שבתוכנו, כיצד להמציא את עצמנו מחדש ולנהל חיים מלאים במוטיבציה והצלחה בזוגיות, בהורות ובעבודה.

סדר היום

- התכנסות
- דברי ברכה והצגת עמותת מעו"ף לעמית
- הרצאה בנושא: "לחיות את החיים באנרגיה ותשוקה"

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל- 2 ימי עיון בשנה).

להזמנת יום העיון יש לפנות לועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 • yi@s-on.co.il



יום עיון

"בינה מלאכותית AI" להכיר את העולם החדש

מה זה AI? איך נשתמש בבינה מלאכותית בצורה נכונה ואפקטיבית בארגון ובחיי היום יום?
העמותה לקידום מקצועי חברתי מזמינה אתכם/ן להשתתף ביום עיון מעשיר ומלמד בנושא "בינה
מלאכותית AI", במהלכו נקבל סקירה מקיפה של הכוח והפוטנציאל
של בינה מלאכותית, נתרגל ונשתמש בכלים ואפליקציות מבוססי AI
כדי להבין ולהכיר טוב יותר את העולם החדש.

לו"ז יום העיון

התכנסות

דברי ברכה

הרצאה בנושא: "בינה מלאכותית AI"

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 yi@s-on.co.il

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה)



א-תר-און
שרותי ניהול בע"מ



סדנאות "מחוץ לקופסא"

סדנה "קומדיה של מסיכות"

תקשורת מתבצעת במילים, בשפת גוף והבעות פנים, כולנו משתמשים במסכות, במקומות שונים בהתאם לצורך. העמותה לקידום מקצועי חברתי מזמינה אתכם לסדנה כיפית, משעשעת ויישומית – נלמד ונחוות מסיכות שונות, מימיקה, אינטונציה ושפת הגוף. נצחק ונקבל כלים לשפת הגוף של האחר, ולהבנת המסרים שאנו משדרים.

סדר היום:

התכנסות

דברי ברכה

סדנה בנושא: "קומדיה של מסיכות"

להזמנת הסדנה יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה, לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 yi@s-on.co.il

*הסדנה אינה מוכרת לגמול השתלמות | *מינימום לקיום הסדנה – 50 עמיתים *ההשתתפות בסדנה הינה ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 סדנאות בשנה)



עמותה
לפיתוח
מקצועי
חברתי

חבר-און
שרותי ניהול בע"מ



סדנאות "מחוץ לקופסא"

סדנת "תבונת האלתור"

העמותה לקידום מקצועי חברתי מזמינה אתכם למפגש חד פעמי, מצחיק, חוויתי ואנרגטי, אשר יספק תובנות מקצועיות ותובנות לחיים מעולם האלתור - נלמד כיצד ניתן לנצל את התועלות של הומור במקום העבודה לשיפור יחסי אנוש ועבודה בצוות, העברת מסרים, פיתוח חשיבה יצירתית והתמודדות עם קשיים.

סדר היום:

התכנסות

דברי ברכה

סדנה בנושא: "תבונת האלתור"

להזמנת הסדנה יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה, לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 yi@s-on.co.il

*הסדנה אינה מוכרת לגמול השתלמות | *מינימום לקיום הסדנה - 50 עמיתים
*ההשתתפות בסדנה הינה ללא עלות לעמיתים
(כל עמית רשאי להירשם ל-2 סדנאות בשנה)



לפרטים והרשמה: www.amitnet.co.il | עקבו אחרינו: 



יום עיון

”יפיו כח מתמשך” - כלי משפטי לתכנון עתידי

יפיו כח מתמשך הוא מהמסמכים החשובים ביותר שאדם צריך לעשות בחייו, הוא מאפשר לנו לשמור על שליטה בחיינו, גם כשהמציאות משתנה, לקבוע מראש, מי יקבל את ההחלטות החשובות עבורנו, כאשר לא נוכל לעשות זאת בעצמנו.

העמותה לקידום מקצועי חברתי מזמינה אתכם/ להשתתף ביום עיון חשוב בנושא ”יפיו כח מתמשך”, במהלכו נסביר מהו יפיו כח מתמשך ובאילו תחומים נוכל לקבוע מראש את עתידנו.

סדר היום:

התכנסות

דברי ברכה

הרצאה בנושא: ”יפיו כח מתמשך”

יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה)
מינימום לקיום יום העיון – 50 עמיתים



אמית-נט
שרותי ניהול בע"מ

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה, לקביעת מועד מול
העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 yi@s-on.co.il



חדש בעמותות!

יום עיון בנושא: "התעמרות במקומות העבודה"

מקום העבודה הוא המקום בו אנו נמצאות ונמצאים במשך רוב שעות היום שלנו. זו סביבה שיכולה להיות בטוחה ומהנה ועלולה להיות פוגענית ולא נעימה. תופעת ההתעמרות במקומות העבודה מתייחסת להתנהגות פוגענית המופנית כלפי עובד/ת באופן חוזר ונשנה, עד כדי כך שנוצרת סביבה עוינת, כוחנית ודורסנית עבורו/ה. החובה שלנו כחברה היא לדאוג שמקום העבודה יהיה מחזק ומעצים, מקום שהופך כל אחד ואחת מאתנו לאדם טוב יותר. השאלה היא איך עושים זאת?

העמותות לקידום מקצועי חברתי מזמינות אתכם ליום עיון מקצועי בנושא "התעמרות במקומות העבודה", שמטרתו הכרת הנושא על היבטיו השונים והגברת המודעות לטובת טיפול ומניעה.

סדר יום

• התכנסות • דברי ברכה • הרצאה בנושא: "התעמרות במקומות העבודה"



יחידת
שרותי יחול בע"מ

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה)

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 yi@s-on.co.il



יום עיון

"חוסן אישי במצבי משבר"

העולם נראה שונה מכל מה שהכרנו קודם... אנו מתמודדים עם מצבים של חוסר וודאות והצפה רגשית. יש ביכולתנו להתמודד עם פחד וחרדה ולחזק את החוסן הנפשי באמצעות כלים חשובים מעולם ה-NLP, המיינדפולנס והפסיכולוגיה החיובית. העמותה לקידום מקצועי מזמינה אתכם/ן ליום עיון חשוב ופרקטי ברוח התקופה, יחד נצליח להתמודד ולמצוא את הדרך לשגרה חדשה ומשמעותית.

לו"ז יום העיון

התכנסות

דברי ברכה

הרצאה בנושא: "חיזוק החוסן במצבי משבר"

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 yi@s-on.co.il

*יום העיון ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה)



מחר-און
שרתי יהול בע"מ



יום עיון

בנושא "יזמות וחדשנות בעולם העבודה החדש"

העולם המודרני מתפתח בקצב מסחרר ומביא עימו שינויים מרחיקי לכת. אנשים ואירגונים רבים נדרשים להתפתח ולהתקדם, לחשוב מחוץ לקופסא ולייצר עשייה חדשנית ורלוונטית לעולם העבודה החדש והמשתנה.

העמותות לקידום מקצועי חברתי מזמינות אתכם ליום עיון מקצועי בנושא "יזמות וחדשנות בעולם העבודה החדש". בהרצאה נלמד מהם מנועי השינוי המרכזיים הצפויים להשפיע על שוק העבודה? ונקבל כלים מעשיים להטמעת רוח חדשנית במקום העבודה ובחיים האישיים.

-
- התכנסות
 - דברי ברכה
 - הרצאה בנושא: "יזמות וחדשנות בעולם העבודה החדש"

* כל עמית רשאי להירשם ל-2 ימי עיון בשנה.

להזמנת יום העיון יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 • yi@s-on.co.il



סדנת ריענון - הגשת עזרה ראשונה והחייאה

העמותה לקידום מקצועי מזמינה אתכם לסדנת החייאה והגשת עזרה במצבי חירום. בהיקף 4 שעות לימוד בהדרכת מגן דוד אדום – גוף ההצלה הלאומי של מדינת ישראל. בהדרכה ישולבו תרגולים להגשת עזרה ראשונה בזמן אמת לצורך הצלת חיים

נושאי ההדרכה:

- שרשרת ההישרדות בדום לב
- החייאה בסיסית במבוגר, ילד ותינוק
- שימוש בדפיברילטור אוטומטי AED
- טיפול בהשתנקות (חנק מגוף זר)
- זיהוי וטיפול במצבי חירום שכיחים
- תרגולים על בובות סימולציה

להזמנת הסדנה יש לפנות לוועד העובדים במקום העבודה,
לקביעת מועד מול העמותה ובהתאם לנהלים: 073-2244135 yi@s-on.co.il

*הסדנה ללא עלות לעמיתים (כל עמית רשאי להירשם ל-2 סדנאות בשנה)



און-און
שרותי ניהול בע"מ



מחשבים

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס עוסקת במגוון יישומי המחשב והאינטרנט.

מטרות הקורס:

- הכרות עם יישומי המחשב והאינטרנט לרבות מעבד תמלילים, גיליון אלקטרוני, בניית מצגות, תוכנות דואר אלקטרוני ושימושי אינטרנט שונים.

נושאים עיקריים:

עיבוד תמלילים

- ☐ ניהול מסמך בסיסי ☐ יצירת טבלאות ועיבודן
- ☐ יבוא ויצוא מסמכי תבנית, שילוב דואר
- ☐ הוספת תמונות ואובייקטים אחרים

גיליון אלקטרוני

- ☐ מבנה המסך והזנת נתונים בגיליון העבודה.
- ☐ סימון טווחים, ניהול קבצים, טכניקות העתקה והעברה.
- ☐ נוסחאות ופונקציות, טיפול במסדי נתונים: מיון וסיון.

בניית מצגות

- ☐ יצירת מצגת ☐ עיצוב הכותרות, רקע השקופית, הוספת תמונות.
- ☐ דף הערות, הצללת טקסט, הוספת טבלאות ותורשימים מתוכניות

אינטרנט

- ☐ מושגים בסיסיים ☐ תוכנת הדפדפן Internet Explorer
- ☐ שמירת אתרים, שימוש במועדפים ☐ דואר אלקטרוני והשימוש בו
- ☐ מנועי חיפוש ברשת ☐ שימוש מסחרי באינטרנט

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
100 שעות	25	380 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס מקנה הכרות בסיסית עם מרכיבי המחשב ושימושים בסיסיים באינטרנט.

מטרות הקורס:

- הכרות בסיסית עם מרכיבי מחשב ותפעול שוטף
- הכרות עם תוכנת דואר אלקטרוני ושימושי אינטרנט שונים

נושאים עיקריים:

- ☐ חומרה, סוגי מחשבים, זיהוי רכיבים, הדלקה, כיבוי, שימוש בעכבר, לוח המקשים
- ☐ חלונות, שורת כותרת
- ☐ שימוש בכפתורים: סגור, מזער, מתח, סרגלי גלילה, שורת משימות, תפריטים
- ☐ קבצים ותיקיות, סוגי קבצים, גזירה, הדבקה, העברה, שמירה, הדפסה
- ☐ האינטרנט - מושגים בסיסיים
- ☐ הדפדפן, דף הבית, מועדפים, היסטוריה, ניווט קדימה ואחורה
- ☐ דואר אלקטרוני

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

גיליון אלקטרוני למתחילים

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס מקנה מיומנויות בסיסיות בתוכנת גיליון אלקטרוני.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות בסיסיות בתוכנת גיליון אלקטרוני Excel

נושאים עיקריים:

- ☐ עבודה בסביבת חלונות
- ☐ עקרונות יסוד ושימוש בגיליון אלקטרוני (פתיחה ושמירת קובץ, התאמת סביבת העבודה, טיפול בגליונות)
- ☐ תאים (הכנסת נתונים, עריכה, מחיקה, חיפוש, מיון)
- ☐ נוסחאות חישוב (ערך יחסי, מוחלט F4, פעולות אריתמטיות, סכימה)
- ☐ אשף הפונקציות, פונקציות לוגיות (If)
- ☐ עיצוב תבניות (תוכן, יישור, אפקטים, מספרים/תאריכים)
- ☐ העברת טבלה מ-Word ל-Excel
- ☐ גרפים
- ☐ יצירת טופס הגנה על תאים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

גיליון אלקטרוני למתקדמים

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס מקנה מיומנויות מתקדמות בתוכנת גיליון אלקטרוני.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות מתקדמות בתוכנת גיליון אלקטרוני Excel

נושאים עיקריים:

- ☐ חזרה על יסודות האקסל
- ☐ מתן שמות לטווחים, עבודה עם קשרים, הגנה על תחומים
- ☐ עיצובים מיוחדים, עיצובים מותנים
- ☐ דוחות, נוסחאות סיכום וספירה, סיכומי ביניים
- ☐ טבלאות ציר
- ☐ עבודה בבסיסי נתונים
- ☐ פונקציות מתקדמות
- ☐ הגנה על תחומים, אבטחת נתונים
- ☐ בניית תבניות ותרשישים
- ☐ עיבודים מתקדמים לנתונים, פונקציות יבוא ויצוא, מיון וסינון, הצגת נתונים
- ☐ גרפים ותרשימים מתקדמים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

מעבד תמלילים למתחילים

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס מקנה מיומנויות בסיסיות בתוכנת מעבד תמלילים.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות בסיסיות בתוכנת מעבד התמלילים - word

נושאים עיקריים:

- ☐ פקודות עריכה בסיסיות
- ☐ העתקת טקסט, העברה ומחיקה של טקסט
- ☐ אפיוני המסמך
- ☐ עיצוב פסקה ועמוד
- ☐ הדפסת המסמך והצפייה בו
- ☐ יצירת טבלאות ועיבודן
- ☐ חישובים
- ☐ יבוא וייצוא מסמכי תבנית
- ☐ שילוב דואר
- ☐ הוספת תמונות ואובייקטים אחרים ושיבוצם במסמך
- ☐ עריכה גרפית, ציור

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

מעבד תמלילים למתקדמים

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס מקנה מיומנויות מתקדמות בתוכנת מעבד תמלילים.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות מתקדמות בתוכנת מעבד התמלילים - word

נושאים עיקריים:

- ☐ חזרה על יסודות ה-word
- ☐ קיצורי דרך, עריכה ועיצוב מתקדמים
- ☐ פעולות גרפיות מתקדמות
- ☐ תפריט אפשרויות
- ☐ כותרות מקוננות טקסט אוטומטי
- ☐ תבנית מסמך
- ☐ מיזוג דואר, ניהול רשומות
- ☐ יצירת קישור במסמך ובניית תוכן עניינים
- ☐ טקסט אוטומטי וטפסים
- ☐ הוספת נוסחאות למסמך
- ☐ מעקב אחר שינויים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

בניית מצגות למתחילים

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס מקנה מיומנויות בסיסיות בתוכנת בניית מצגות.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות בסיסיות בתוכנת בניית מצגות - Power Point

נושאים עיקריים:

- הכרת מרכיבי המצגת, התפריט וסרגל הכלים
- שקופית חדשה ובחירת מתאר השקופית, כותרת לשקופית, רקע, שילוב מסגרת צבעים, גופנים והצללות, הוספת תמונות ושילובן בשקופית
- השימוש בתבניות, הנפשה ומעבר בין שקופיות
- עיצוב המצגת
- הוספת אובייקטים, תזמון השקופיות במצגת, הצגה אוטומטית
- שילוב מוסיקת רקע, הקלטת מלל
- הדפסת המצגת, הצגת המצגת

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

בניית מצגות למתקדמים

תמצית הקורס:

שליטה במיומנויות המחשב היא חלק מרכזי בעבודתו של כל עובד בסביבה משרדית. תכנית הקורס מקנה מיומנויות מתקדמות בתוכנת בניית מצגות.

מטרות הקורס:

- הקניית מיומנויות מתקדמות בתוכנת בניית מצגות - Power Point

נושאים עיקריים:

- ☐ חזרה על יסודות ה-power point
- ☐ בחירת ערכת צבעים ושימוש בצורות אוטומטיות
- ☐ הוספת הנפשה, מולטימדיה
- ☐ פרסום באינטרנט
- ☐ שימוש בפקודות מקרו
- ☐ יצירת תפריטים וסרגלי כלים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		



הגשת עזרה ראשונה

תמצית הקורס:

בשנים האחרונות חלה עלייה במודעות החברתית בכל הנוגע להחייאה והצלת חיים. הצורך לעבור קורס עזרה ראשונה וללמוד את הטכניקה הנכונה ובזכות כך להציל חיי אדם בדקות הקריטיות לחייו הוא חיוני וחשוב לכל אחד מאיתנו.

מטרות הקורס:

- בניית ארגז כלים לעזרה ראשונה בזמן אמת לצורך הצלת חיים

נושאים עיקריים:

- ☐ מבוא לעזרה ראשונה, בדיקת פצוע
- ☐ עצירת שטפי דם.
- ☐ מצבי חוסר הכרה ללא נשימה כולל
- ☐ קיבוע שברים טבעי.
- ☐ התקפי לב ודום לב.
- ☐ חבישה במשולש, מטליון,
- ☐ תחבושת אישית.
- ☐ מחזור הדם ושטפי דם, הלם.
- ☐ מערכת התנועה והשלד.
- ☐ חבישות מיוחדות.
- ☐ פצעים וכוויות.
- ☐ שמוש במפוח אמבו + חמצן.
- ☐ פגיעות ראש, חזה, בטן.
- ☐ תרגילים משולבים בע"ר.
- ☐ פגיעות מבעלי חיים (יבשתיים, ימיים).
- ☐ מבחן עיוני + מעשי
- ☐ הערכת מצב נפגע/חולה
- ☐ הנשמה ועיסוי לב, תרגול על בובות.

* מיועד לדירוג המנהלי בלבד

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
44 שעות	11	167 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



בית הספר לשפות

תמצית הקורס:

אנגלית היא השפה החשובה ביותר בעולם כיום ושליטה בה היא הכרחית הן במקום העבודה והן בחיים האישיים. תכנית הקורס מקנה ידע ומיומנות לשיפור השיחה החופשית בשפה האנגלית.

מטרות הקורס:

- לימוד אנגלית שימושית ויומיומית בנושאים בסיסיים וחשובים בשימוש בשפה
- הקניית אוצר מילים וידע בשפה תוך כדי שימוש והתנסות שוטפת בשפה.

נושאים עיקריים:

- ☐ מיומנויות לקיום שיחה קלה באנגלית
- ☐ תרגול חוזר ונשנה של הדיבור והיכולת הוורבלית לתקשר בשפה
- ☐ זמני הווה פשוט והווה ממושך.
- ☐ מילות שאלה, מילות יחס ומילות שייכות.
- ☐ הקורס מלווה במטלות ובשיעורי בית ממפגש למפגש.

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

תמצית הקורס:

ערבית היא השפה הרשמית השניה בישראל, כל המדינות השכנות לנו הן מדינות ערביות, והערבית היא פתח להכרת שכנינו. תכנית הקורס מקנה ידע ומיומנות לשיפור השיחה בשפה הערבית.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע בשפה הערבית וזיקתה לעברית

נושאים עיקריים:

- ☐ כללים שונים ואוצר מילים
- ☐ מיומנויות לקיום שיחה קלה בערבית מדוברת
- ☐ היכרות וכניסה לעולם השפה הערבית המדוברת
- ☐ חוקי דקדוק בסיסיים
- ☐ ניהול שיחות פשוטות בשפה הערבית המדוברת
- ☐ הרחבת אוצר המילים ונושאים דקדוקיים שזורים

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

תמצית הקורס:

השפה הצרפתית היא אחת השפות החשובות בעולם, והכרתה יכולה לסייע הן בעבודה והן בחיים האישיים לאינטראקציה כללית או לנסיעות וצרכים חברתיים. תכנית הקורס מקנה ידע ומיומנות לשיפור השיחה החופשית בשפה הצרפתית.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע בשפה הצרפתית

נושאים עיקריים:

- ☐ אוצר מילים ודקדוק
- ☐ מיומנויות לקיום שיחה קלה
- ☐ הבנת הנשמע (שיחות אותנטיות)
- ☐ ניהול שיחות פשוטות בשפה הצרפתית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במימום 20 עמיתים		

תמצית הקורס:

השפה הספרדית היא אחת השפות החשובות ויחסית נוחה ללמידה. תכנית הקורס מקנה ידע ומיומנות לשיפור השיחה החופשית בשפה הספרדית.

מטרות הקורס:

- הקניית ידע בשפה הספרדית

נושאים עיקריים:

- ☐ אוצר מילים ודקדוק
- ☐ מיומנויות לקיום שיחה קלה
- ☐ הבנת הנשמע (שיחות אותנטיות)
- ☐ ניהול שיחות פשוטות בשפה הספרדית

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
60 שעות	15	228 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 20 עמיתים		

תמצית הקורס:

שפת הסימנים הינה שפה מרכזית בחשיבותה, המאפשרת יצירת תקשורת והעברת מסרים לחירשים וכבדי שמיעה. היעדר המודעות בכל הנוגע לעולמם של אנשים חירשים וכבדי שמיעה מוביל לחסמים רבים בדרכי התקשורת אל מול החברה והמערכות השונות, וגורם לתסכול וחוסר הבנה.

מטרות הקורס:

- להיחשף לעולמם של חירשים וכבדי שמיעה, ולהיות שותף בשילובם בחברה ובתרבות, באמצעות לימוד שפת הסימנים.

נושאים עיקריים:

- ☐ חשיפה של שפת הסימנים הישראלית לקהל השומע
- ☐ יסודות שפת הסימנים הישראלית
- ☐ בניית קשר בין שני עולמות חירש ושומע במטרה לנפץ סטיגמות
- ☐ התפתחות השפה ועולם הדמיון אותו היא מביעה
- ☐ ספירה וזיהוי סימנים
- ☐ הבעה וביטוי במרחב הגופני שלי

היקף הקורס	מס' מפגשים	עלות לעמית*
40 שעות	10	152 ₪
*לעמית ב-100% משרה החבר בשתי עמותות פתיחת הקורס מותנית במינימום 25 עמיתים		



נרתמים ציבך ומשאפצות

www.amitnet.co.il | www.yours.co.il | www.yoursg.co.il