

## העמותות מצדיעות לעובדי סקטור החינוך ברשויות המקומיות!

הסמינר השנתי לעובדי סקטור החינוך יקיף השנה כ-2,500 עובדים. בין המרצים: מיכל דליות (סופר נבי) והפסיכולוגית ורדה רזיאל ז'קונט. יו"ר העמותות, ארנון בר דוד: "סקטור החינוך עוסק בעבודה ראשונה במעלה וחשוב לנו להעניק לו את הכלים המקצועיים ביותר"

### מאת: און לוי

הסמינר הייעודי של סקטור החינוך ברשויות המקומיות, שהפך למסורת מצליחה בעמותות לקידום מקצועי, מתקיים השנה ב-5 עד 9 ביולי באילת, ועוסק ביזמות חינוכיות וקידום אתגרים במערכת החינוך.

סקטור החינוך ברשויות המקומיות - שכולל סיעות בגני ילדים ובתי הספר, אבות בית ומזכירות - הוא אחד הסקטורים החשובים בפעילות העמותות לקידום מקצועי, שמקיימות סמינרים בתחום עם תכנים ומרצים בעלי אופי ייחודי.

הסמינר השנה יכלול 2,500 עמיתים שייחוו מכלים מקצועיים לעבודתם החינוכית ומפעילויות העשרה בתחום החינוך וההורות, כמו הרצאתה של מיכל דליות ("סופר נבי"), הפסיכולוגית ורדה רזיאל ז'קונט בנוסף יתגבשו העמיתים בערב מיוחד בו יארח רמי קליינשטיין את פכלו רוזנגברג.

יו"ר העמותות, ארנון בר דוד, אומר כי "סקטור החינוך עוסק בעבודה ראשונה במעלה וחשוב לנו להעניק לו את הכלים המקצועיים ביותר. אנו מתכוונים להמשיך בהפקת סמינרים ייעודיים, לשפר את השירות ולגוון את התכנים, מתוך תפיסה שזו הדרך הטובה ביותר לענות על צרכי



העמיתים ולשפר את התקשורת בארגונים הלומדים". הילה וייסברג, מנהלת תחום המכירות והשיווק מקצועי בשחר און, אומרת כי "אנו משתדלים להעניק לכל עמית בסמינר יחס אישי ושירות מקצועי אין לי ספק כי המפגש של עובדי סקטור החינוך מכל רחבי הארץ מאפשר החלפת דעות,

רעיונות ויצירת הוויה וחוויה משותפת". "העמותות שמו לנגד עיניהן את טובת העובד, איכות חייו והשכלתו", אומרת וייסברג. "הלימוד ביחד יוצר תחושת שייכות, הזדהות ותקשורת בינאישית. אנו גאים בהצלחת הסמינרים הייעודיים ונוסיף לעשות את המיטב כדי לשפר את השירות הניתן לעמיתים".



### מערכת ידיעות העמותות

יו"ר: ארנון בר-דוד  
מנכ"ל: עויד אופיר אלקלעי  
מנהלת העיתון: רונית מאירי  
כתיבה: ספוט תקשורת  
גרפיקה והדפסה: צוות הפקות גרפיות  
טלפון: 073-2244117  
פקס: 03-5608225

## סמינר חינוך באילת

### העמותות מצדיעות לעובדי סקטור החינוך ברשויות המקומיות



# בוא לאורט קריירה המהלך הנכון לעתיד שלך

10% הנחה  
לעמיתים

אנחנו באורט קריירה, מכשירים אותך לא רק לעבודה.  
אנחנו מכשירים אותך להצליח בעבודה, אנחנו מכשירים אותך לקריירה!

מסלולים ללימודי תעודה:

## ניהול וחשבונאות

- מזכירות בכירה\*
- הנהלת חשבונות 2+1\*, 3\*
- חשבי שכר\*
- יועצי מס
- תקשורת, חברות ויח"צ
- ניהול, שיווק ומכירת
- ניהול מלאי ורכש ממוחשב
- סחר בינלאומי - פקיד יבוא/יצוא
- משאבי אנוש

## פרה-רפואי

- סיעות מוסמכות ברפואת שיניים\*\*
- הכנה לבחנות רישו לטכנאי שיניים מוסמך\*\*
- מזכירות רפואית\*

\* בניקוח מסודר החמ"ת \*\* בניקוח מסודר הבריאות

## קורסי הייטק

- מדריכים ומטמיעים למערכות SAP-ERP
- מהנדסי בדיקות בהתמחות מערכות SAP-ERP
- מהנדס רשתות מוסמך MCSE
- מנהל רשתות מוסמך MCSA
- מהנדס תוכנה למסביבת MCPD.NET

## מחשבים

- Server Administrator: MCITP-בשיתוף מיקרוסופט
- Enterprise Administrator: MCITP-בשיתוף מיקרוסופט
- הסמעת מערכות SAP Business ONE
- קורס מנהל רשתות מוסמך סיסקו CCNA
- קורס מנהל רשתות מתקדם סיסקו CCNP
- תוכנת שרשט - אוטוקד
- טכנאי תחזוקת PC ורשתות תקשורת

## עיצוב

- עיצוב ואדריכלות פנים
- עיצוב גרפי ועיצוב אתרים באינטרנט
- צורפות ותכשיטנות
- שדרת פרחים מקצועית
- ניהול, הפקה ועיצוב אירועים

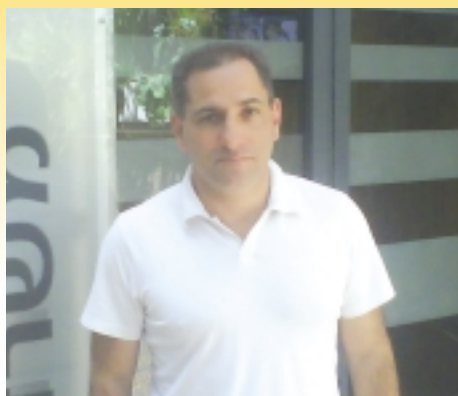
## טכנולוגיה

- חשמלאי מוסמך\*
- חשמלאי ראשי\*
- חשמלאי מתח גבוה\*
- קירור ומיזוג אוויר
- בקרים מתוכנתים
- קורסי פלסטיקה במכללת בראודה
- CNC



מוקד ארצי 1-700-70-22-60 c.ort.org.il

לבעירתכם מכללת אורט קריירה ברומי הארץ: אורט קריירה קרית ביאליק 16-6000-700-1 • אורט קריירה הרמלין נתניה 16-50-50-700-1 • אורט קריירה כפר סבא 17-38-38-800-1 • אורט קריירה רחובות 602-502-700-1 • אורט קריירה סיגולבסקי ת"א 20-90-50-700-1 • אורט קריירה בראודה כרמיאל 04-9901976 • אורט קריירה ירושלים 11-11-70-70-700-1



חיים אלגריסי, יו"ר ועד עובדי אורט

# באורט צוחקים כל הדרך לעבודה!

מאות עובדי אורט ישראל יצאו לראשונה מזה תשע שנים לסמינר ייעודי באילת בנושא "הומור בעבודה". יו"ר ועד עובדי אורט, חיים אלגריסי: "הומור בעבודה הוא אחד הכלים היעילים להתמודדות עם מתח וחששות העובדים, במיוחד בתקופה של שינויים ארגוניים"

## מאת: און לוי

רשת אורט ישראל, שנוסדה ב-1949, היא הרשת החינוכית המובילה בישראל, והיא מחויבת להטמיע בקרב לומדיה ערכים ולטפח השכלה רחבה, תוך מיקוד בטכנולוגיה ובמדעים.

מוסדות הרשת כוללים בתי ספר על-יסודיים שש-שנתיים, בתי ספר תעשייתיים, מרכזי חינוך ומכללות להנדסאים ולהנדסה בעלות אופק אקדמי לצעירים ולמבוגרים.

הרשת חורטת על דגלה ערכי ליבה של מצינות וחדשנות, אמינות, הוגנות ומקצוענות.

יו"ר ועד עובדי אורט, חיים אלגריסי, שיזם את הסמינר בשיתוף עם העמותות לקידום מקצועי: "הומור בעבודה הוא אחד הכלים היעילים להתמודדות עם מתח וחששות העובדים, במיוחד בתקופה של שינויים ארגוניים. שכשלוקחים את החיים בקלות מצליחים יותר בעבודה, משחררים מתחים, אינטריגות ולחצים. העלאת חיוך על השפתיים או הערה שנונה מעלה את המורל בקרב העובדים וכולם מרוויחים מכך".

לדברי אלגריסי, הסמינר הותאם לצרכי העובדים ברשת אורט וכלל בנוסף לסדנת צחוק גם ערב הווי עם שמעון רגב.

בשנים האחרונות תופס נושא ההומור מקום של נוסחת קסם בשימוש יומיומי בעולם העבודה ובקשרים בין העובדים, והוא תורם ללא ספק להפגת מתחים ולפתרון קונפליקטים.

שימוש בהומור במקום העבודה מפחית לחץ, גורם לירידה בהיעדרות ממקום העבודה, מעלה את היעילות ומשפר את מורל העובדים, כפי שלמדו עובדי רשת אורט ישראל שיצאו ב-25 עד 27 ביוני לסמינר ייעודי של העמותות לקידום מקצועי שנערך במלון גולדן סוליפ באילת. המדובר בסמינר ראשון מזה תשע שנים אליו יוצאים עובדי המנהל של הרשת הוותיקה אורט.

# לקנות בחוכמה, לחסוך בתבונה

## מאת: ד"ר הלל אביחי

צרכנות נבונה אינה רק סיסמה, היא דרך חיים, שצריכה למצוא את ביטוייה בחיי היומיום ושתכליתה לסייע לנו להתמודד עם האובדנדרפט, עם משכורת שלא מספיקה ועם הקושי המתמיד לגמור את החודש.

הצרכנות הנבונה מסייעת לנו להתגבר על "קניית הדחף", עת המרכיב הרציונלי הופך למשני בעוד דחפים אמציונליים, רגעיים הופכים למניע העיקרי. מילא שאנו כצרכנים יודעים זאת, הבעיה מתחילה כשאנשי השיווק מבינים זאת.

ואכן אנשי השיווק יודעים להציב גירויים: פרסומות, דוכני מכירה, התנסות לתקופת ניסיון. כמעט מיליארד דולר מוציאים המפרסמים מידי שנה בישראל - ובסופו של דבר אנו, הצרכנים, נושאים בעלות.

אנו מסתכלים בקנאה על אמריקה, ארץ האפשרויות - והקניות - הבלתי מוגבלות. אבל אם אמריקה, אז עד הסוף: כדאי שהצרכן

הישראלי יתנהג כמו עמיתו בארה"ב. הצרכן האמריקני מקפיד לבדוק, לקרוא, להשוות ורק אז להחליט.

את העקרונות של צרכנות נבונה צריך ללמוד. במסגרת העמותה מתקיימות סדנאות המאפשרות למשתתפים להפנים את עקרונות הצרכנות הנבונה במגוון רב של תחומי צרכנות: רכישת מזון, נטילת הלוואות, בחירת פוליסת ביטוח ועוד.



ד"ר הלל אביחי הוא יועץ ארגוני שווקי, מתמחה בסדנאות בתחומי הניהול, השיווק והצרכנות ומרצה בסדנאות העמותות בתחומי ניהול כלכלי של תקציב המשפחה.

## חמישה טיפים לניהול כלכלי אפקטיבי:

צברו על ההוצאות, כולו הביטוחים השונים והאגרות לאתרו הוצאות שניתן למצוא להן חלופה. תתפלאו לדעת: ברוב המקרים הבדיקה משתלמת!

לקנות את מה שצריך ולא מה שרואים: מה שהכרחי הוא הפך לאותרות של אחר. יש הוצאות שניתן לוותר עליהן או להפחיתן על ידי השללת אחריות והאנצות ארכישה בחנויות יקרות יחסית.

אנחו במקום והתנהו: רישום מזקק של ההוצאות באשך רבצון, הסקת אסקנות ותכנית צמצום מזרקות יבטיחו שאירה על רמת החיים אך גם ניהול אשירה על חשבון הבנק שלנו.

זכרו, הלוואות צריק גם להחזיר, ולכן חשוב להשלות אחריות ולבדוק אפקטים כוא חברות ביטוח אקראי.

ניהול כלכלי נכון של אשך בית הוא כוא זיאטה - לאט אבל בטוח. יש להתאקר בסבלנות, אבל כאשר התוצאות מגיעות - מקבלים מחמאות מכולם!

# העמותה לקידום מקצועי וחברתי מארגנת לכם העמיתים קורסים ייחודיים במגוון נושאים ברחבי הארץ

בעלות סמלית של 190 ש"ח לכל 50 שעות לימוד לעובדים ב-100% משרה החברים בשתי העמותות.

איזור השרון					
עלות למשתתף	שעות לגמול	תאריך פתיחה	מס' קורס	נושא הקורס	
152 ש"ח	40	2/9/09	2621	שפת גוף ותקשורת בלתי מילולית	כפר סבא
152 ש"ח	40	3/9/09	2622	בניית מצגות למתחילים	
198 ש"ח	52	13/9/09	2623	*פענוח ציורי ילדים	
152 ש"ח	40	8/9/09	2583	הכרת המחשב	ראש העין
152 ש"ח	40	3/9/09	2558	קבלת החלטות	נתניה
228 ש"ח	60	8/9/09	2599	מבוא לפסיכולוגיה	

איזור הדרום					
עלות למשתתף	שעות לגמול	תאריך פתיחה	מס' קורס	נושא הקורס	
152 ש"ח	40	9/9/09	2579	העצמת נשים	באר שבע
152 ש"ח	40	17/9/09	2580	תדמית אישית	

איזור אילת					
עלות למשתתף	שעות לגמול	תאריך פתיחה	מס' קורס	נושא הקורס	
152 ש"ח	40	1/9/09	2268	אסרטיביות	

איזור השפלה					
עלות למשתתף	שעות לגמול	תאריך פתיחה	מס' קורס	נושא הקורס	
190 ש"ח	50	8/9/09	2572	שיפור השירות	ראשון לציון
152 ש"ח	40	8/9/09	2575	קבלת החלטות	
380 ש"ח	100	9/9/09	2574	איכות הסביבה	
228 ש"ח	60	14/9/09	2571	מבוא לקרימינולוגיה	רחובות
152 ש"ח	40	1/9/09	2570	ניהול זמן	
152 ש"ח	40	23/8/09	2584	פיתוח הזיכרון	תל אביב
152 ש"ח	40	30/8/09	2585	אקסל מתקדמים	
152 ש"ח	40	6/9/09	2531	העצמת נשים	באר יעקב
304 ש"ח	80	9/9/09	2530	אנגלית מתחילים	
152 ש"ח	40	31/8/09	2386	ניהול משאבי אנוש	בת-ים

איזור הצפון					
עלות למשתתף	שעות לגמול	תאריך פתיחה	מס' קורס	נושא הקורס	
228 ש"ח	60	12/8/09	2535	גישור	שלומי
152 ש"ח	40	9/9/09	2536	שפת גוף ותקשורת	
228 ש"ח	60	7/9/09	2524	גישור	חיפה
152 ש"ח	40	9/9/09	2525	העצמת נשים	
190 ש"ח	50	10/9/09	2576	פסיכולוגיה ארגונית	
152 ש"ח	40	10/9/09	2577	פיתוח מצויינות	
152 ש"ח	40	13/9/09	2578	אקסל מתחילים	
228 ש"ח	60	6/9/09	2618	עבודת צוות	מגדל העמק
152 ש"ח	40	9/9/09	2582	לחץ ושחיקה	מעלות

גבעת שאול					
עלות למשתתף	שעות לגמול	תאריך פתיחה	מס' קורס	נושא הקורס	
228 ש"ח	60	3/9/09	2603	שיפור תדמית אישית	
228 ש"ח	60	22/9/09	2597	ניהול משא ומתן	

איזור ירושלים					
עלות למשתתף	שעות לגמול	תאריך פתיחה	מס' קורס	נושא הקורס	
152 ש"ח	40	2/9/09	2561	אקסל מתחילים	
228 ש"ח	60	6/9/09	2547	יחסי עבודה ודיני עבודה	
380 ש"ח	100	7/9/09	2548	איכות הסביבה	
152 ש"ח	40	10/9/09	2596	שפת גוף ותקשורת בלתי מילולית	
304 ש"ח	80	15/9/09	2549	מבוא לקרימינולוגיה	



הקורסים מוכרים לגמול השתלמות

\* מיועד לסייעות בלבד

**משתלם לך אנגלית בברליץ**  
 העמותות לקידום מקצועי מעניקות לכם הזדמנות, ללמוד אנגלית בברליץ - בית הספר לשפות המוביל בעולם!!!  
 קורסי אנגלית המוכרים לגמול השתלמות רק 450 ₪ במקום 6,000 ₪ כולל ערכת לימוד לעמית ב-100% משרה





## סמינרים אוגוסט-ספטמבר

לידיעתכם!  
הזכאות למימוש  
עלתה ל-900 ש"ח  
למשרה מלאה

### אילת שרתון

תאריך: 2.9-30.8 ימים: א'-ד'  
מחיר: עמית 0 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
סמכות ומנהיגות הורית  
והשלכתה על העבודה



### חיפה דן פנורמה

תאריך: 27-29.8 ימים: ה'-שבת  
מחיר: עמית 30 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
שיפור השירות



כולל ארוחת צהריים בשבת

### ירושלים קראון פלאזה

תאריך: 23-26.8 ימים: א'-ד'  
מחיר: עמית 300 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
חשיבה יצירתית



### ים המלח מוריה קלאסיק

תאריך: 23-25.8 ימים: א'-ג'  
מחיר: עמית 260 ₪

לסמינר בנושא:  
פתרון קונפליקטים



### אילת דן

תאריך: 21-24.9 ימים: ב'-ה'  
מחיר: עמית 240 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
אומנות התקשורת



### אילת הילטון

תאריך: 13-16.9 ימים: א'-ד'  
מחיר: עמית 120 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
אינטלגנציה רגשית



### אילת לגונה

תאריך: 6-10.9 ימים: א'-ה'  
מחיר: עמית 360 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
אימון אישי בעבודה  
ובחיים בכלל



הכל כלול

### אילת דן פנורמה

תאריך: 3-5.9 ימים: ה'-שבת  
מחיר: עמית 0 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
איכות הסביבה



### ים המלח מוריה פלאזה

תאריך: 3-5.9 ימים: ה'-שבת  
מחיר: עמית 40 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
תדמית אישית ושפת גוף



כולל ארוחת צהריים בשבת  
וכניסה לספא

### ים המלח ישרוטל

תאריך: 13-16.9 ימים: א'-ד'  
מחיר: עמית 170 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
אימון אישי בעבודה  
ובחיים בכלל



### אילת דן

תאריך: 1.10-29.9 ימים: ג'-ה'  
מחיר: עמית 280 ₪

לסמינר בנושא:  
הדרך אל האושר  
ולמימוש עצמי



### אילת מרידיאן

תאריך: 21-24.9 ימים: ב'-ה'  
מחיר: עמית 140 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
התמודדות עם סביבת  
עבודה שוחקת



### כרמל ניר ציון

תאריך: 11-12.9 ימים: ו'-שבת  
מחיר: עמית 60 ₪

גלאט לציבור הדתי

לסמינר בנושא:  
התמודדות עם שינויים



פנסיון מלא, סופ"ש לילה אחד

### טבריה שרתון

תאריך: 13-16.9 ימים: א'-ד'  
מחיר: עמית 40 ₪  
במימוש 2 זכאויות

לסמינר בנושא:  
העצמה מקצועית ואישית  
ככלי למצוינות



חדרי סופרב

### רמת גן כפר המכביה

תאריך: 11-12.9 ימים: ו'-שבת  
מחיר: עמית 30 ₪

לסמינר בנושא:  
חשיבה חיובית



פנסיון מלא, סופ"ש לילה אחד

### ים המלח גולדן טוליפ קלאב

תאריך: 15-17.9 ימים: ג'-ה'  
מחיר: עמית 200 ₪

לסמינר בנושא:  
חשיבה חיובית



הכל כלול

זהו מדגם בלבד. לסמינרים נוספים יש לפנות למרכז המידע וההזמנות

בטלפון: 1-700-700-126 ובאתר האינטרנט: www.amitnet.co.il

המחירים מתייחסים לעמית ב-100% משרה, על בסיס חצי-פנסיון אלא אם צויין אחרת. ט.ל.ח.

# תקשורת בקו האש!

עובדי שירותי הכיבוי נדרשים לתת תשובות לכלי תקשורת בשעת לחץ. כדי לתת להם כלים כיצד להתנהל מול התקשורת עברו עשרות דוברים של תחנות כיבוי אש קורס ראשון מסוגו של העמותות לקידום מקצועי בנושא תקשורת ויחסי ציבור.

מאת: און לוי

כל כבאי מכיר את התרחיש הבא: מייד אחרי שהתקבלה בתחנה הודעה על שריפה גדולה בלב אוכלוסייה יוצאים לשטח לא רק צוותי כיבוי, הצלה ורפואה, אלא גם עיתונאים וצוותי צילום.

פעמים רבות נדרשים עובדי שירותי הכיבוי לתת לעיתונאים תגובה או הסברים לאירועים והכל בשעת לחץ, מצב שעלול לגרום למסירת מידע לא מדויק לציבור שעלול לחשוף אותם לביקורת ולתביעות.

כדי לסייע לעובדי שירותי הכבאות להבין את אופן פעילות אמצעי התקשורת השונים והמדיה השונים, נערך לאחרונה קורס תקשורת ויחסי ציבור בבית הספר הארצי לכבאות בראשון לציון.



דוברי מד"א ואשרת חבר-אזולאי מנהלת תחום ההשכלה בעמותות

הקורס, שנערך במעמד נציג כבאות והצלה רב טפסר שמעון רומח ועשרות דוברים של תחנות כיבוי אש מכל רחבי הארץ, נמשך חמישה ימים ועסק בחשיפה והיכרות עם הזירה התקשורתית - ערוצי התקשורת, יחסי הציבור וההסברה וחשיבותם לארגון. בין המרצים בקורס היו עו"ד ירון ברדה, שדיבר על אתיקה בתקשורת ולשון הרע, דורית עוזיאל שהעבירה סדנה בפני מצלמה, עורכת מדד יומי בערוץ 1 דינה רייס, יועץ התקשורת אביב בוינסקי והפרשן הכלכלי מורכ לוי.

"התקשורת היא אחד התחומים המתפתחים בעולם המערבי והשפעתה ניכרת בכל תחומי החיים", אומר דובר נציבות כבאות והצלה, יורם לוי, שסייע בבניית מערך הלימודים של הקורס. "עוצמת המדיה הפכה אותה לכלי מרכזי בהשגת יעדים חברתיים, פוליטיים ועסקיים ולכן חשוב להבין את הכוחות הפועלים בתוכה. הכלים שקיבלו הדוברים בקורס יעזרו להם בעבודתם היומיומית ובהסברה של הפעילות המתבצעת בתחנות. הכבאים יידעו כיצד למסור מידע חשוב לציבור, ולייצג את התחנה שלהם בצורה מכובדת ומקצועית".





**תואר ראשון**  
של האוניברסיטה הפתוחה  
ללא תנאי קבלה!  
ניהול, כלכלה, חשבונאות,  
פסיכולוגיה, תקשורת, חינוך, מדעי  
המדינה, מדעי המחשב ועוד.

**תואר שני**  
של האוניברסיטה הפתוחה  
מנהל עסקים, חינוך, לימודי דמוקרטיה  
בינתחומיים, לימודי תרבות.  
במכללת בת-ים  
לא גובים דמי מכללה!

פרטים והרשמה: מכללת בת-ים רח' רהב 7 בת-ים, [www.byc.co.il](http://www.byc.co.il)  
טל: 5066817, 5066205, 5081378, 5080981



**מכללת בת-ים**  
Maflet מכללת בת-ים קריוב

<b>הנהלת חשבונות</b> סוג 1, 2+חשבונות חלונת חינוך, סוג 3 וחשבי שכן, בפקה סגור התחיל	<b>הקתדרה לגמלאים</b>
<b>המכון לאמנות</b> קורסים בפיסול, ציור, קדחת וקרמיקה	<b>הקתדרה העממית</b> * לימודי העשרה ופנאי
<b>קורסים לגמולי השתלמות</b> * בשיתוף העמותות לקידום מקצועי "אופקים חדשים"	<b>המרכז להוחת ולמשפחה</b> * סדנאות להורים בשיתוף החברה לתרבות פנאי וספורט
<b>מכינה לבגרויות</b> * בגרויות בכל המקצועות * השלמת 11 ו-12 שני"ל	
<div style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 5px; display: inline-block;"> <b>חניה בשפע</b> </div> <p>מורים מעולים   לימוד בכיתות קטנות לימודים חנים על"ח הפיקדון וארוויקט השרה הנחה לחיילים משוחררים ולחיילים</p>	
<div style="background-color: #e67e22; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; display: inline-block;"> <b>כא האפשריות כשביאך ...</b> </div>	
<p>פרטים והרשמה: מכללת בת-ים רח' רהב 7 בת-ים, <a href="http://www.byc.co.il">www.byc.co.il</a> טל: 5066817, 5066205, 5081378, 5080981 בימים א-ד בין השעות 08:00-12:00, 17:00-19:00, קו שוטבס להמק: 0-700-700-126, 08, 05, 04</p>	



# זוהי זכותו הלגיטימית של העמית לצאת לסמינר

## כ-400 עובדי עיריית רעננה השתתפו החודש בסמינר ייעודי בנושא "בריאות גוף ונפש בסביבת העבודה" במלון מרידיאן ים המלח

ראשי אגפים ומחלקות. הסמינר, שנבנה תוך שיתוף פעולה בין נציגי העמותה לקידום מקצועי לבין ועד העובדים, עסק ביצירת סביבה מונעת מתחים ולחצים. העובדים למדו על שינויים ארגוניים כיוצרי מתח, שיתוף ועבודת צוות למניעת מתחים בעבודה ואפילו בהשפעה של מוסיקה כאמצעי להרגעה עצמית.

הוסבר כי הסכסוד של העמותות, שגדל לאחרונה מ-600 ל-900 שקל לעמית, גורם להפחתה משמעותית של הוצאות העירייה ולכן הקיצוצים בעירייה הם לא תירוץ לרמיסת זכויותיהם הלגיטימיות של העובדים.



"העובדים מחכים לסמינר השנתי כמו אוויר לנשימה ובשנה כל כך קשה הסמינר חשוב שבעתים", הסביר יפרח. "דווקא בתקופה זו עולה הצורך להכשיר את העובדים שנתרו בארגון, לצייד אותם בכלים להתייעלות ושיפור השירות, כי הם המנוע העיקרי שיחלץ את הארגון מהמשבר".

בסופו של יום ראתה הנהלת העירייה את טובת העובדים לנגד עיניה ואישרה את הסמינר במלון מרידיאן בים המלח, שהתקיים בנוכחות ראש העירייה נחום חופרי, מנכ"ל העירייה אמיר שוצמן,

מאת: און לוי

זו השנה השלישית שעמיתי עיריית רעננה יוצאים לסמינר מרוכז. השנה עמד סמינר זה בסימן שאלה בצל המשבר הכלכלי והקיצוצים בתקציב העירייה. בהנהלת העירייה שקלו לבטל את הסמינר השנתי המתוכנן.

עובדי הרשויות בארץ נתקלים לאחרונה בשורה ארוכה של קיצוצים ופגיעה בזכויותיהם. בין השאר מנסות הרשויות לבטל או לצמצם את יציאתם של העובדים לסמינרים - זכות שמוקנית להם על פי חוק. כאן חשובה עמדתו הנחרצת של ארגון העובדים בסיוע ההסתדרות, שעומדים על זכויות העובדים ומצליחים לשכנע את הנהלת העירייה בנחיצות הסמינרים לקידום המקצועי והחברתי של העובדים בארגון.

יו"ר ועד עובדי עיריית רעננה, דוד יפרח, כשיתוף העמותות לקידום מקצועי הצליחו לשכנע את הנהלת העירייה לקיים את הסמינר המתוכנן וכן

# סדנת הבישול "על קצה המזלג" יצאה לדרך!

## בימים אלו נפתחה לראשונה בבאר שבע, סדנת בישול "על קצה המזלג" בהשתתפות עשרות מבשלות מויצו, ונרשם ביקוש גדול לסדנאות נוספות בכל רחבי הארץ

**אחרי שעוררנו את התיאבון הנה חמישה טיפים לכישול לילדים:**

- 1 **התייצצו עם הילד, בידקו מה הוא רוצה לאכול ואפילו בנו יחד איתו את התפריט למשך כל השבוע (אך חשוב לזכור שפרוסה עם שקלולז זה לא אכיל).**
- 2 **שתפו את הילדים בתהליך הכנת הארוחה - זה יקרב ביניכם וצאת גם חוויה לילד.**
- 3 **הכניסו בארוחה דברים שהילד לא אוהב, אך באסלה. אם לדוגמה, הילד לא אוהב אפונה, אפשר לחלוף את האפונה, להסיל תפוחי אדמה, ביצים, קמח ותבלינים ולהכין לביבות.**
- 4 **כאשר אתם מביאים לילדים השתמשו באוזן ולא בארץ צוץ. בארץ צוץ קיים אונולסודיק גלואט שנותן אמנם טעם טוב לתבשיל, אך הוא חוזר מאכזר שקר להתרגל לאכול בלעדי אחר אכן.**
- 5 **אכיל חלב - כדאי להשתל שיהיו בארוחה כל הארכיביס הדדוסיס לילד: חלבונים (צוץ, דגים, בקר), פחמאות (ארז, פסטה, תפוחי א), סיביס תזונתיים פירות וירקות.**

איך להרכיב תפריט מגוון ומאוזן ומה הקשר בין תזונה לתפקוד הילדים במעון. כך למשל הם למדו שהקפדה על צריכת פירות וירקות תורמת למניעת עצירות בקרב הילדים".

לדבריה, "המבשלות נהנות מאוד מהקורס ורוכשות בו ידע מעשי לעבודתן. המפגשים הם חווייתיים וכמו שאומרים 'פתחו להן את התיאבון'. עכשיו נותר לודוא כי הידע שנרכש יישם במעון".

אילנה טובול, עובדת מעון ויצ"ו המדע בבאר שבע, מספרת כי הסדנא היתה מוצלחת מאוד והשאירה רושם רב בקרב המשתתפות. "קיבלנו טיפים מעשיים לעבודה, כולל פירוק ומילוי עופות, תבלון מומלץ והכנת מרקים פשוטים ומזינים. סדנת הבישול הינה בהיקף של 20-40 שעות לימוד, מסובסד כמעט במלואו על ידי העמותות ועלותו 200 ש"ח לעמית עבור כל 20 שעות לימוד.

מאת: און לוי

היה מדהים להיכנס השבוע למכללת השף בבאר שבע. במקום הועברה סדנת הבישול למבשלות מתשעה מעונות ויצ"ו בעיר. הבנות משתתפות הסדנא, בשלניות מדופלמות, המבשלות למאות ילדים במעונות מידי יום הגיעו עם המון סקרנות ורצון ללמוד ולקבל כלים קולינריים חדשים.

לאחרונה אנו שומעים יותר ויותר על הקשר בין תזונה נכונה, גוף בריא ונפש בריאה ועל מחקרים המוכיחים קשר ישיר בין תזונה הילד, על התפתחותו הפיזית, הקוגניטיבית וכן אף השלכות למצב בריאותו כמבוגר, אולם עד כה לא נעשה במעונות ובגני הילדים כמעט דבר בנושא כעת, בעקבות יוזמה של העמותות לקידום מקצועי עוברות המבשלות האלו ברחבי הארץ הכשרה על ידי מיטב השפים ומומחי תזונה אשר מקנה להם שיפור ידע בנושא תזונת ילדים, מתכונים, וכן דרכי בישול חדשניות לשיפור פעילותם.



ליאורה אורן, מנהלת מעון ויצ"ו בבאר שבע, אומרת כי "כמי שרואה בתזונה מרכיב מכריע ברמה התפקודית היומיומית בגיל הרך וכצעד מניעתי למחלות ותופעות השמנה, קיבלנו בשמחה את פניית העמותה לקידום מקצועי להכשיר את המבשלות במעון. המבשלות לומדות כיצד לפתח הרגלי אכילה נכונים בקרב הילדים,



# הצחוק משפר את איכות השירות

אחת הדרכים היצירתיות לגבש את העובדים ולהקנות להם כלים להתמודדות עם שחיקה ועייפות היא יוגה צחוק - הפעילות הגופנית הבריאה ביותר לגוף ולנפש

מאת: און לוי



כל עובד חווה בשלב כלשהו של הקריירה תחושה של מיצוי, עייפות ושחיקה, במיוחד אם הוא עוסק במתן שירות ועובד תחת לחץ. המשפט השכיח ביותר במקרים אלה הוא "אני זקוק לחופשה כדי למלא את המצברים". הבעיה היא שאחרי שאוזלים ימי החופשה, מתרוקנים שוב המצברים. בשנים האחרונות התפתחה שיטה יעילה ומהנה להילחם בגורמי השחיקה, להגיע לעבודה רעננים ושמחים ועל הדרך גם לגבש את העובדים בארגון. קוראים לשיטה יוגה צחוק והיא מוכרת בעולם המערבי כפעילות הגופנית הבריאה ביותר לגוף ולנפש. ערן מכנס, מרצה בעמותות לקידום מקצועי, מסביר כי "המתרגלים של השיטה גורמים לגירוי רפלקס הצחוק באופן גופני ולא באמצעות המוח. כשהרפלקס מגורה חולף בגוף גדגוג שגורם לנו לצחוק מכל דבר. בסדנה מתרגלים העובדים שיטות שונות לצחוק ומדביקים זה את זה בצחוק מתגלגל. מניסיון, גם מי

שאינו רגיל לצחוק נסחף אחרי הקבוצה ופורץ בצחוק שמספיק לו לשנה שלמה".

מהי ההשפעה של הצחוק על התפקוד שלנו בעבודה? "ההשפעה של היוגה צחוק על העובדים היא לא פחות ממופלאה. הצחוק מזוהה אצלנו עם חופש מוחלט וחוסר עכבות, ולכן צחוק אינטנסיבי גורם לנו להרגיש רעננים. מי שמתרגל יוגה צחוק באופן קבוע הופך לאדם קליל ושמח יותר ובעל אומץ לפרוץ קדימה ולבצע שינויים בחיי ובמקום עבודתו. אמנם קשה למדוד את ההשפעה בתפוקות, וזה גם לא נכון לעשות את זה, אבל דבר אחד בטוח - העובד ממלא את המצברים והמעסיק מרוויח עובד מרוצה, יצירתי ומלא בחדוות חיים אשר בסופו של דבר נותן שירות טוב יותר לתושבים.

אלו טיפים אתה יכול לתת לעובדים במקום עבודה? "לקחת את העבודה בחיוך. גם כשהמטלות נערמות והלחץ גובר - להשתדל לצחוק כמה שיותר, כי כעס ותסכול הם לא מתכון לעבודה יעילה יותר. אם אתם לא מצליחים להשתחרר לבד, גייסו כמה חברים להפסקה קצרה ותתחילו לזרוק אחד על השני כריות - מניסיון 17 הפעילות הכי משחררת בקבוצה".

- יוק האזנת שמח!**
- 1.7 **זאז אלקייס** מ.א.ק. בקצת הירצן
  - 5.7 **רוני כהן** צ.רא.לקון ארזון
  - אאה טס** מ.א.א.א.א.א.א.א.
  - 8.7 **אבי אפיה** צ.בת יק
  - 9.7 **מיכאל גולאיב** מ.א.א.ג.ן רלוה
  - בתיה פריזון**
  - מ.א.פ.ר.צ.ס חנה-כרכור
  - 14.7 **יאסי בן חנו** צ.א.א.א.א.
  - כאבה קניסטר** אשצן
  - 16.7 **פרוספר בן חנו**
  - שירתי בריאות** כולית
  - 17.7 **אראנז אקנין** צ.א.ק.א.ק.א.
  - 18.7 **אנתוס מרתי** צ.א.א.א.א.
  - 20.7 **ציון ציון** צ.א.א.א.א.
  - 26.7 **יהודה אבריאט**
  - מ.א.א.א.א.א.א.א.א.א.
  - 29.7 **טיסיר צבדי** מ.א.א.א.א.א.
  - 31.7 **ראאל חיייר** מ.א.א.א.א.א.

# "הדרך לצמצום פערים בין המגזרים עוברת בכיתת הלימוד"

יו"ר ועד העובדים של מועצת קאבול, מוסטפא חמוד, מסכם 8 שנים בוועד, בשתי מלים: "ניצחון הרוח". לדבריו, הדרך הבטוחה להעצים את העובדים היא באמצעות לימודים ו"כל המרבה הרי זה משובח"

מאת: און לוי

"כשעובדים ערבים מדברים על פערים בין המגזר הערבי ליהודי אני אומר להם שיפסיקו לדבר וילכו ללמוד", אומר יו"ר ועד העובדים של מ.מ. קאבול, מוסטפא חמוד. "אני משוכנע שהדרך לצמצום פערים בין המגזרים עוברת בכיתת הלימוד ולכן אני שולח את העובדים במועצה לכמה שיותר קורסים ולפחות פעמיים בשנה מוציא את כולם לסמינרים. בתקופה שאני בוועד הוכחתי שהדרך הבטוחה לחזק עובדים היא בלימודים וכל המרבה הרי זה משובח". חמוד, בן 46, נשוי + 6, משמש כבר 17 שנה קצין ביקור סדיר במועצת קאבול, מתוכן 8 שנים הוא עומד בראשות ועד העובדים.

אקדמית אני יודע להעריך את החשיבות העצומה של הלימודים ולכן אעשה הכל כדי לשלוח כמה שיותר עובדים ללמוד ולהשתלם. אני יכול להעיד שהעמותות משקיעות מחשבה רבה בהשלמת השכלה של עובדים במגזר הערבי ובהחלטי יש לי אוזן קשבת בנושא הזה. הישג נוסף הוא העובדה שעברנו לפני חמש שנים תוכנית הבראה ויצאנו ממנה בלי פיטורים של אף עובד. בעניין הזה אני ממליץ לקרוא את הספר 'האם ניתן לצאת מהמשבר - השלטון המקומי הערבי בישראל בתחילת המאה ה-21', בהוצאת אוניברסיטת חיפה".

גם מתי לוותר. לפעמים מוותרים על דבר אחד כדי להשיג משהו אחר. אסור אף פעם ללכת עם הראש בקיר".



**דברים שלא ידעת על מוסטפא חמוד:**

הוא בוגר החוג לפילוסופיה באוניברסיטת חיפה. הספר האחרון שקרא הוא "דילמות במוסר" (דניאל סטטמן). הוא אוהב להיות בחיק משפחה. הוא אוהד את קבוצת הכדורגל של בני סכנין.

**מה האתגר הבא שלך?**  
"לכטל את הגזירות של קיצוץ בשכר העובדים, או לכל הפחות למזער את הנזק בנושא".  
**איזו עצה תיתן ליו"ר ועד?**  
"לדעת מתי לוותר ומתי להתעקש. התפקיד של יו"ר ועד הוא תפקיד קשה, מורכב, רווי בלחצים ומוקשים. לפעמים אתה רואה סיטואציה אחת בצורה מסוימת ואחרים רואים אותה אחרת. צריך לדעת איך להעביר את המסר שלך כדי לשכנע, ואם לא הצלחת - לדעת