

K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE



הרצאות
נשות
שבוע
האישה

דנה ישראלי

מיכל פעילן

יעל אודם

עדי אלטשולר

יאנה דרום

ליטל לשם

קוקטית

נטלי ומורן

ד"ר מעיין בוימן משיטה

חן אלמוג

בוטיק המרצות והמרצים של קרן אלוף / 09.9559577

K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

דנה ישראלי

יצירת תוכן חכם עם AI כשיצירתיות וטכנולוגיה נפגשות

איך לייצר תוכן שמושך את העין, מספר סיפור ומניע לפעולה?
במפגש תלמדו איך להפוך רעיון לתוכן ויזואלי מרתק בעזרת AI.

נלמד כיצד להשתמש בבינה מלאכותית כדי ליצור תוכן שמרגיש חי, אותנטי
ומעורר השראה בצורה מעשית, עם כלים שאפשר ליישם מיד.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

מיכל פעילון

משנות מציאות

המשחק השתנה והתקופה האחרונה מראה באופן מובהק כי נשים כאן כדי לשנות מציאות וכי יש להן תפקיד סופר דרמטי בהובלת החברה הישראלית ובהובלה בכלל.

מיכל פעילון, אחת מהעיתונאיות המרגשות והאותנטיות של חדשות 12, מביאה את סיפורן של נשים מרתקות ומשמעותיות מתחומים שונים - חוקרת האלצהיימר שכולם זלזלו בה ועכשיו מועמדת לפרס נובל, לוחמות בעזה, צעירות שנלחמו בבג"צ והגר ברודץ שחזרה משבי חמאס - ודרךן משתפת בתובנות על העוצמות, היתרונות והיכולת להנהגת שינויים דרמטיים כמעט בכל תחום בחיים ומה המקום של כל אחת מאתנו בשינוי המציאות.

הרצאה פוקחת עיניים, עם הומור ואפילו עם שיעורי בית.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

יעל אודם

אלמנט ההשפעה על הכח לשנות ולהשאיר חותם

לא כולם חולמים להיות מנהיגים גדולים, אבל רובנו כן רוצים להשפיע, להיות משמעותיים בסביבה שלנו וכל זה כרוך בכמה פעולות שאפשר לעשות כבר מחר בבוקר.

יעל, כתבת החינוך של חדשות 12, פוגשת את האנשים הכי יפים בחברה הישראלית, חלקם לקחו החלטה מודעת להנהיג ואחרים נקלעו לסיטואציה שהוציאה מהם את הטוב ביותר.

בהרצאתה היא מביאה כלים מופלאים ופשוטים שבהם אפשר להשתמש כדי להשפיע בקטן ובגדול.

הרצאה אופטימית.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

עדי אלטשולר

מחלום לשינוי מציאות

"ולכבוד הנערה שיושבת עכשיו בבית. שמרגישה את הלהבה בוערת בלבה ויודעת עמוק בפנים, שאפשר וצריך לברוא מציאות אחרת. אל תיתני לאף אדם לקצץ לך את הכנפיים. אני מבטיחה לך - את יכולה" הכול.
עדי אלטשולר, טקס המשואות 2020.

סיפורה האישי של עדי אלטשולר יזמת חברתית ומנהיגה פורצת דרך שמאז היותה נערה בת 16 הקימה מיזמים ששינו את החברה הישראלית - "כנפיים של קרמבו", "זיכרון בסלון" ו"בתי הספר המכילים" אשר בהם לומדים תלמידים עם ובלי צרכים מיוחדים ללא הפרדה, מתוך תפיסה שהמגוון האנושי הוא נכס ולא נטל.

בהרצאתה מעוררת ההשראה מספרת עדי איך היא לוקחת חלום והופכת אותו למציאות ואיך גם אתם יכולים.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

יאנה דרום

איך לגדל שמחת חיים
לשמוח זה לא מותרות, אפשר ללמוד את זה
בכל גיל וטובה שעת קודם.

בהרצאה אנרגטית שבה לא תדעו אם קודם לצחוק או לבכות, יאנה משתפת בסיפורים מהחיים שגורמים לזוז בכיסא ולהרגיש שהחיים הם כאן ועכשיו והבחירה היא רק שלנו.

במפגש משוחרר, מצליחה יאנה לכבוש גם את אחרוני הציניים והמקטרים ובונה בכנות והומור את הדרך לבחור בחיים שמחים, גם כשהמציאות מתפרקת לרסיסים ומראה איך חול לזהט, 10 אצבעות וכוס קפה יכולים לעשות מהפכה של שמחה.

הרצאת חובה לכל מי שרוצה לגדל שמחת חיים.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

ליטל לשם

סיכונים מחושבים

לזוז מאזור הנוחות בדרך להגשמה אישית

רובנו נוטים לבלבל בין סיכונים להזדמנויות, נמנעים או דוחים החלטות שלא נוח לנו לקבל ומתמהמהים בשל ניתוח יתר או יצירת "תירוצים" לעצמנו.

ליטל לשם - יזמת סדרתית ויועצת לתאגידי בתחומי ביטחון - תציג את ההבנה שדווקא הבחירות הנוחות אינן בהכרח הבחירות הנכונות לנו ותעלה דוגמאות מחיי היום-יום שבהן הנוחות יכולה להיות מטעה ותעודד לקחת סיכונים מחושבים שיכולים להוביל להצלחות גדולות ולהביא את הפוטנציאל האישי של כל אחד לידי ביטוי מלא יותר.

בהרצאה אינטראקטיבית ודינאמית נדבר על הדילמות היומיומיות שלא מרבים לדבר עליהן ועל איך לזהות את ההזדמנויות שאנחנו פוגשים בדרך ולצמוח.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

שירה ברזילי

The art of letting go סיפור ההצלחה הבינלאומי של "קוקטית"

שירה ברזילי הפועלת תחת השם "קוקטית" היא אמנית שזוכה להכרה בינלאומית וגופים כמו Zara קרטייה H&M ורוברטו קוואלי יצרו אתה שיתופי פעולה.

כיום, היצירות שלה נמכרות בכל העולם. אבל לא תמיד היא היתה "קוקטית". תוך כדי שיתוף הסיפור האישי שלה והדגמה בלייב על הבמה של יצירה באייפד או בתוך חלל דיגיטלי של משקפי VR מראה שירה איך מוצאים את הקול הפנימי שמסייע לנו להיות יצירתיים, איך מתעלים מעל שיפוטיות עצמית המשתקת את תהליך היצירה ואיך כל זה משפיע לנו על החיים?

הרצאה מצוינת, מעוררת ופותחת מחשבה, הנוגעת בהצלחה בינלאומית לצד החשיבות של פשטות, יצירתיות, שחרור וביטוי עצמי.



הרצאות

שונות

שבוע
האישה

K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

נטלי זהר ומורן רוזנבאום

יצירת תוכן ומיתוג אישי עם בינה מלאכותית

רוצות לקדם את עצמכן ואת המיתוג שלכן?
צריכים להכין מצגת, פוסט לסושיאל, ל-LinkedIn או מייל מקצועי?

ההרצאה הזו בדיוק בשבילכן. במפגש פרקטי נלמד כיצד לייצר תוכן מקצועי, יצירתי ונגיש לכל פלטפורמה ומטרה, בעזרת כלים מתקדמים של בינה מלאכותית. נשתמש בשיטת "השילוש הקדוש" – שלושה שלבים פשוטים ומהירים ליצירת תוכן איכותי וממוקד, בקלות וללא צורך בניסיון קודם.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

ד"ר מעיין בוימן משיטה

הפרקטיקה של האושר תרגול אושר ככלי בדרך לחוסן נפשי

כולנו רוצים להיות מאושרים. אבל, דווקא במצב הנוכחי שבו זה ממש נורמלי להרגיש ששום דבר לא נורמלי, במציאות מעוררת המייצרת גם עומס נפשי - עולה הצורך לשמור על כוחותינו הפנימיים והאושר הופך להיות לא רק מטרה, אלא כלי אמיתי בדרך לחוסן רגשי.

בהרצאה נלמד איך להישאר יציבים ולמצוא משמעות ותקווה למרות המציאות, נבין מה זה בכלל אושר, האם בכלל אפשר לחשוב על אושר בימים שכאלה, נלמד איך להרגיע את הגוף והנפש ואיך לפתח חוסן.

בהרצאה נכיר כלים פרקטיים מבוססי מחקר שיעזרו לנו להיות מאושרים קצת יותר.



K

KEREN
ALOUF

INSPIRING
PEOPLE

חן אלמוג גולדשטיין

אלמנה, אם שכולה, חטופה ששבה,
אם לילדים חטופים ששבו, עקורה מביתה

“לצד הכאב והשכול הקשים מנשוא, נבנים חיים חדשים”
שיחה מפוכחת, כואבת עם תקווה ורצון לחיים טובים

