

# רשימת הנושאים

- חינוך לערכים : תלמידי בי"ס יכתבו לוויקיפדיה
- יוגה מסייעת לחולי טרשת נפוצה
- פיתוח חדשני : מכשיר לזיהוי נפילות בקרב קשישים
- מחווה לנעמי שמר הוקרה לרחל שפירא
- חלון או מעבר :מהו המושב הפופולרי במטוס

# קריקטורה יומית 12.6.14



קריקטורה יומית "ישראל היום" מאייר: שלמה כהן

# קריקטורה יומית 11.6.14



קריקטורה יומית "ישראל היום" מאייר: שלמה כהן

# קריקטורה יומית 11.6.14



קריקטורה יומית "הארץ" מאייר: ערן וולקובסקי



השר פירון ויו"ר ויקימדיה  
צילום: ששון תירם



## חינוך לערכים: תלמידי בי"ס יכתבו לוויקיפדיה

משרד החינוך והאנציקלופדיה המקוונת ישתפו פעולה  
• פירון: "הזדמנות נפלאה"

יעל ברנובסקי פורסם ב: 10.06.2014

השר פירון ויו"ר ויקימדיה  
צילום: ששון תירם



האנציקלופדיה המקוונת, ויקיפדיה, הפכה לא פעם לשם נרדף ל"קיצור דרך" שבו עושים שימוש תלמידים לכתיבת עבודות שונות. כעת, יוזמה חדשה של משרד החינוך תנסה להפוך את היוצרות ולגרום לכך שהתלמידים יעשו דווקא את הדרך הארוכה, ויכתבו ערכים באתר.



השר פירון ויו"ר ויקימדיה  
צילום: ששון תירם

היוזמה עלתה במהלך פגישה שהתקיימה בשבוע שעבר בין שר החינוך הרב שי פירון, לבין יו"ר קרן ויקימדיה העולמית יאן-בארט דה וריידה, שבמהלכה סוכם כי במסגרת הלמידה המשמעותית משרד החינוך יטמיע בשנים הקרובות גם את שיתוף הפעולה עם ויקיפדיה. כך, למשל, מורים להיסטוריה, לגאוגרפיה ולמדעים יעברו השתלמויות מקצועיות וידריכו את התלמידים להשלים ערכים.





השר פירון ויו"ר ויקימדיה  
צילום: ששון תירם

כמו כן, נבחנת האפשרות שתלמידים דוברי שפות זרות יכתבו ערכים על ישראל גם באתרים של ויקיפדיה בחו"ל, במטרה לחזק את תדמיתה של ישראל בעולם. במשרד החינוך מדגישים כי מדובר במצב שבו כל הצדדים יוצאים מנצחים: מצד אחד אתר ויקיפדיה מרוויח ערכים חדשים ומצד שני כתיבת הערכים גורמת לכך שהתלמידים מתנסים בחקר ובאיתור מידע, בעריכת מידע, בסינונו ובמתן תוקף מהימן.



השר פירון ויו"ר ויקימדיה

צילום: ששון תירם

יצוין כי זהו שיתוף הפעולה

המערכתי הנרחב הראשון בעולם

בין מערכת החינוך לתנועת ויקיפדיה.

שר החינוך הרב שי פירון הסביר כי "חשוב לנו שמערכת החינוך בישראל תוביל בחדשנות, ושיתוף הפעולה עם ויקיפדיה מהווה הזדמנות נפלאה לחשוב מחוץ לקופסה ולאפשר לתלמידים בישראל לעשות דברים משפיעים שמהם ייהנו גם אחרים".

דה וריידה אמר כי "ישראל היא כיום מהמדינות המובילות בשילוב של ויקיפדיה במערכת החינוך והאקדמיה".



אילוסטרציה : shutterstock



## יוגה מסייעת לחולי טרשת נפוצה

מאת : עידן גורן, מערכת וואלה! יום רביעי, 11 ביוני 2014

**מחקר חדשני מצביע על כוחה המרפא של היוגה : מצבן הגופני של חולות טרשת נפוצה השתפר לאחר תרגול יוגה, כנראה גם בזכות המדיטציה. בשיבא יודעים את זה כבר מ-2010**





טרשת נפוצה היא מחלה כרונית

שפוגעת בציפוי של תאי העצב,

הקרוי מיאלין. המיאלין, שמשמש לבידוד תאי העצב,

מסייע גם בהעברת אותות חשמליים בין תאי העצב

ביעילות. הלוקים בטרשת נפוצה סובלים ממגוון רחב

של תסמינים נוירולוגיים בדרגות חומרה שונות,

בהתאם לאזור הפגוע. אף שמדובר במחלה כרונית

קיימים סוגים רבים של טרשת נפוצה, ובדרגות חומרה

שונות. בשביל חלק מהחולים מדובר באירוע חד פעמי

או בהתפרצויות אשר ביניהן יש תקופת שקט ארוכה.

בשביל אחרים, התסמינים מחמירים עם הזמן, ללא

הפוגות.





לאחרונה ערכו חוקרים מאוניברסיטת ניו ג'רזי מחקר שבמסגרתו השתתפו נשים בסביבות גיל ה-50, הלוקות בטרשת נפוצה כ-14 שנים בממוצע, בתוכנית בת שמונה שבועות שהותאמה במיוחד לחולות טרשת נפוצה. בכל שבוע התקיימו שני שיעורי יוגה. בין השיעורים ביצעו המשתתפות תרגילי יוגה בבית.



החוקרים ערכו בדיקות רבות לפני תחילת תוכנית האימונים, עם סיומה וחודשיים לאחר סיום התוכנית על מנת להעריך את מצבן של הנבדקות. התוצאות הוכיחו שיפור ניכר בפעולות גופניות רבות. רוב התפקודים המשיכו להשתפר גם חודשיים לאחר סיום התוכנית.



## גם המדיטציה עוזרת

מלבד בדיקות תפקוד הגוף ערכו החוקרים גם בדיקות דם לנבדקות, לפני ואחרי תוכנית היוגה. נמצא

כי גם מדדים הקשורים ישירות לדלקת

(כמו C-reactive protein, ואינטרלוקינים שונים) היו במגמת ירידה. מתברר שמלבד חיזוק השרירים ושיפור היציבה, בכוחו של אלמנט המדיטציה ביוגה להיטיב מבחינות רבות עם החולים. כעת עומלים החוקרים על הרחבת המחקר לחולים נוספים כדי לשחזר את ההצלחה של מחקרם הראשוני.





ראוי לציין כי הקשר שבין יוגה לשיפור מצבם של חולי  
טרשת נפוצה מוכר גם בישראל. כבר בשנת 2010 בוצעה  
סדנת יוגה במחלקה לטרשת נפוצה במרכז הרפואי  
שיבא, ובה נלמדו ותורגלו עקרונות היוגה. הסדנה  
הונחתה על ידי צוות מדריכי יוגה טיפולית. במרכז,  
בראשות פרופ' ענת אחירון, מבכירי החוקרים בעולם  
בתחום הטרשת הנפוצה, דוגלים בשילוב טיפולים  
קונבנציונליים ואלטרנטיביים בטיפול בחולי הטרשת.



אילוסטרציה  
צילום : איי-פי

**פיתוח חדשני :**

**מכשיר לזיהוי נפילות בקרב קשישים**

**המכשיר מבוסס על חיישנים המזהים את נפילת  
הקשיש ויודעים להזעיק עזרה. הפיתוח יוצג לראשונה  
בכנס החדשנות של אוניברסיטת בן גוריון**

**אסף גולן | 8/6/2014**





קשישים רבים שנופלים בביתם  
לא מצליחים להתרומם בעצמם או  
להזעיק עזרה, ולכן הם נשארים זמן  
רב ללא סיוע וחשים חוסר אונים.

כדי להתגבר על הבעיה פיתחו שני סטודנטים  
מאוניברסיטת בן גוריון מכשיר שיאפשר להזעיק עזרה  
במצב של נפילה ללא צורך בהפעלתו בידי הקשיש.

המענה הקיים כיום הוא לחצן מצוקה, שנמצא רק אצל  
חלק מועט מהקשישים. גם קשישים שנושאים את  
הלחצן על הזרוע לא מפעילים אותו בעת נפילה, כיוון  
שאיבדו הכרה ואינם מסוגלים להפעילו.



אילוסטרציה  
צילום: איי-פי



שני סטודנטים מהמחלקה להנדסה ביו-רפואית באוניברסיטת בן גוריון שבנגב, רועי טלמן ושחר שטרן, החליטו לתת מענה לבעיה, שלא ידרוש את מעורבות הקשיש בהפעלת ההתראה. המכשיר שפיתחו, 'גרינסס', מולבש על הזרוע ומזהה נפילה לפי כמה חיישנים. המכשיר מסוגל לתפקד גם במצב של אובדן הכרה, ומזעיק עזרה מיידית ללא צורך בהפעלתו בידי הקשיש.



אילוסטרציה  
צילום: איי-פי

הסטודנטים שעבדו על הפיתוח בשיתוף חברת  
NIGHTSENCE טוענים כי בשלב הבא  
יתאפשר לחבר את המכשיר לטכנולוגיות שיאפשרו  
להזעיק עזרה, אם באמצעות איתות לנייד של קרוב  
משפחה או התחברות לארגונים המסייעים לקשישים  
כמו נטל"י או שח"ל. הפרויקט החדשני יוצג לראשונה  
במסגרת אירוע החדשנות של אוניברסיטת בן גוריון,  
שיתקיים ב-18 ביוני באוניברסיטה.





אילוסטרציה  
צילום: איי-פי

זו השנה החמישית ברציפות יתקיים באוניברסיטה אירוע החדשנות הגדול בישראל, שיכלול למעלה מ-550 פרויקטים פורצי דרך בתחומי הנדסה והניהול הכוללים רובוטים חדשים, מחקרים ופיתוחי תוכנות ואפליקציות ייחודיות. האירוע יתקיים בנוכחות בכירי המשק הישראלי והינו ביוזמת אוניברסיטת בן גוריון בשיתוף עם מרכז בנג'יס ומחלקות ההנדסה והניהול.





נעמי שמר  
צילום: שלום בר טל

## **מחווה לנעמי שמר, הוקרה לרחל שפירא**

**אוניברסיטת בר אילן תארח בפעם ה-11 את כנס "מי אני שיר ישראלי", המקיים מופעים, הרצאות ודיונים סביב עולם המוזיקה הישראלית. בין המופעים: מחווה לפזמונאית נעמי שמר, ופרס הוקרה ליוצרת רחל שפירא**



נעמי שמר  
צילום: שלום בר טל

כנס "מי אני שיר ישראלי" ה-11  
ייפתח ביום ראשון הקרוב, 15 ביוני.  
הכנס השנתי של עולם המוזיקה הישראלית יארח  
לאורך יומיים את מיטב היוצרים, החוקרים ואנשי  
התקשורת, באולמות אוניברסיטת בר-אילן, להרצאות  
ודיונים סביב עולם המוזיקה הישראלית. הכנס  
מתקיים כמדי שנה מטעם המרכז לחקר השיר  
הישראלי באוניברסיטת בר-אילן, בשיתוף גלי צה"ל.  
הכניסה לכל המופעים והדיונים במסגרת הכנס -  
חופשית, וכל חובבי הזמר העברי מוזמנים להגיע.



נעמי שמר  
צילום: שלום בר טל

הכנס יפתח במופע "צעיר, צונן, שוצף ומתחצף" -  
מחווה לפזמונאית נעמי שמר במלאת עשור לפטירתה,  
ובו מושב הרצאות העוסקות בנשים בזמר העברי  
ומושב הרצאות העוסקות בבחינה אקדמית של  
יצירתה. את הערב יחתום מופע מוזיקלי ובו שירים של  
נעמי שמר בעיבודים חדשים ובביצוע של נבחרת זמרים  
ונגנים תלמידי בית הספר רימון, בניהול האומנותי של  
אריאל הורוביץ, ובהנחייתו.





נעמי שמר  
צילום: שלום בר טל

ביום השני, 16 ביוני, יארח הכנס הרצאות שיעסקו  
ביצירה הישראלית הכתובה והמולחנת, מושבי  
הרצאות המציינים את יום הולדתם המאה של סשה  
ארגוב ויעקב אורלנד, וכן מושב לזכרו של אריק  
איינשטיין כאבן דרך בזמר העברי.



נעמי שמר  
צילום: שלום בר טל

את הכנס יחתום רב שיח הבוחן את השאלה: "חורבן  
הבית והפזמון-האמנם", וכמובן מופעים מוזיקליים,  
ביניהם אתנחתא מוזיקלית, משירי חיים ברקני: "ביתי  
אל מול גולן" בביצוע חבורת הזמר קולות ירדן  
ושלישיית מעיין, בניהולו המוזיקלי של אילן גלבוע  
ובהנחייתו של יורם רותם.



נעמי שמר  
צילום: שלום בר טל

במופע שיסיים את הכנס, אשר שופד או"ר על יוצר  
בזמר העברי וכותרתו "שיר של יום חולין", יוענק אות  
הוקרה על מפעל חיים מטעם נשיא אוניברסיטת בר-  
אילן, הרב פרופ' דניאל הרשקוביץ, ליוצרת רחל שפירא  
- ששיריה ביניהם "מה אברך", "שיר של יום חולין",  
"כמו צמח בר" ו"חלומות", מהווים חלק מפס הקול של  
הזמר העברי.





נעמי שמר  
צילום: שלום בר טל

במופע ישתתפו: אילנית, מרגלית צנעני, רוחמה רז,  
אוהד שרגאי, עדי צ'זרה, לוליק, יעל ולהקת חיל החינוך  
והנוער. מנהל מוזיקלי רוני וייס. מנחה ד"ר טלילה  
אלירם מנהלת המרכז לחקר השיר הישראלי. הכניסה  
למופע זה הנה למוזמנים בלבד.



צילום : ויקימדיה

**חלון או מעבר :**

**מהו המושב הפופולרי ביותר במטוס ?**

**איזו שורה נמכרת הכי מהר ? מהם המושבים  
האהובים בעיקר על הגרמנים וההולנדים ? ואת מי  
אתם לא צפויים לפגוש בכסאות המרכזיים ? סקר  
שנערך בתשע מדינות חושף מהם המושבים  
המועדפים במטוס**

שירות כלכליסט 09.06.14

צילום : ויקימדיה



האם ישנו קשר בין לאום וגיל הנוסעים לבין המושב  
הספיציפי שבו הם מבקשים לשבת בטיסה? מסקר  
שערכה חברת איזי ג'יט בקרב 10,000 נוסעים בתשע  
מדינות באירופה עולה כי התשובה היא חיובית.



צילום : ויקימדיה



על פי הסקר, כצפוי, החלון הוא מקום הישיבה הנחשק ביותר בקרב רוב הנשאלים : 59% מכלל הנשאלים מעדיפים לשבת במהלך הטיסה ליד חלון. מיד אחריו צועד המעבר, המועדף על 38% מכלל הנשאלים. כמו כן, מנתוני המכירות של החברה עולה כי צדו הימני של המטוס פופולרי יותר מהשמאלי וכי שורות 6-7 נמכרות במהירות הגבוהה ביותר.



ליד החלון, כמובן  
צילום : TwistedSifter

רק 3% מהנשאלים ברחבי אירופה מעדיפים את המושב האמצעי - בדרך כלל אחרי שאפשרו לבן או בת הזוג שלהם לשבת ליד החלון או המעבר. מנתוני המכירות של איזי ג'יט עולה כי המושב האהוב באירופה הוא F. 7 מושב C 19 הוא המושב הכי פחות פופולרי. יצויין כי שורה 7 היא הראשונה המוצעת להקצאה, במחיר של החל מ-3 ליש"ט.





## **אמור לי מאיזה לאוס אתה ואומר לך היכן תרצה לשבת**

על פי תוצאות הסקר, המושב הצמוד לחלון הוא  
הבחירה המובהקת של הפורטוגזים (80%). 67%  
מהצ'כים יבקשו לשבת ליד החלון וכן 66% מהצרפתים.

לעומת זאת, במדינות אחרות המיקום המועדף הוא  
דווקא בסמוך למעבר : כך, על פי הסקר, 48%  
מההולנדים יבקשו לשבת במעבר וכן, 42% מהגרמנים.



צילום : Twistedсите



הבריטים שיעשו הכל כדי לא לשבת  
במושבים המרכזיים של המטוס,  
מחולקים כמעט באופן שווה בין

מושבי החלון והמעבר : 56% יעדיפו את החלון, ו-41%  
יעדיפו את המעבר.

**הצעירים ליד החלון, המבוגרים במעבר**

על פי תוצאות הסקר, כ-76% מכלל הנשאלים שגילם  
נמוך מ-25 יעדיפו לשבת ליד החלון. בקבוצת הגילאים  
25-35, 76% יעדיפו לשבת ליד החלון. עם העלייה בגיל,  
ישנה העדפה גוברת לשבת ליד המעבר.



במושב האמצעי יעדיפו לשבת נוסעים  
בני 45-54.

מושבי המעבר הם המושבים המועדפים על נוסעים בני  
65 ומעלה, ובעיקר נוסעים מהולנד וגרמניה.

ניכר כי גם למין הנוסע או הנוסעת ישנה השפעה על  
מיקומו במטוס. נשים יעדיפו יותר את המושב שליד  
החלון (62% לעומת 59% בממוצע הכללי) והגברים  
יעדיפו את המושב שליד המעבר (41% אל מול ממוצע  
כללי של 38%).



צילום : Twistedсите



בנוסף, הטסים בטיסות קצרות (65%) ואלה  
הממשיכים לטיסה אחרת (64%) מעדיפים באופן  
מובהק את המושב שליד החלון.

לבסוף, ובאופן כלל לא מפתיע, הנוסעים העסקיים -  
46% כאשר בצמוד אליהם מי שמחזיק בבית נוסף,  
יעדיפו לשבת במושב שליד המעבר.





פיטר דאפי, מנהל המחלקה המסחרית של איזי ג'ט : "הוויכוח בין ישיבה ליד החלון או במעבר רווח מאוד במהלך הטיסה. מאז שהכנסנו את שיטת המקומות השמורים ב-2012, כל הטסים באיזי ג'ט יכולים לבחור את המושבים שלהם. על ידי שילוב בין המידע שהתקבל מהליך זה, כמו גם המשוב מאלפי נוסעים, מיפינו את המקומות הפופולריים ביותר במטוס. האפשרות לבחור את המושב במטוס חשובה לכלל הלקוחות.

צילום: ויקימדיה



החלון כאמור הוא המקום הנחשק ביותר, אבל פופולרי במיוחד בקרב נוסעים מפורטוגל ובני 25 ומטה. ככל שהנוסעים מתבגרים המעבר הופך להיות יותר פופולרי והוא מקום נחשק גם בקרב אלה הטסים למטרות עסקים".