

תוכנית קורס תלמוד הצמחים

הקורס: סודות עתיקים מארון התבלינים

רקע:

קורס העשרה בעוסק בתחום Jewish ethnobotany ומקורו במחקר ראשון מסוגו בעולם 'אנציקלופדיית תלמוד הצמחים'. בקורס נלמד אודות מגוון רחב של תבלינים המצויים אצלנו בבית, יתרונות ותועלת בריאותית כפי המצוינים בארון הספרים היהודי ובכתבים רפואיים עתיקים. ניחשף למרשמים ומתכונים עתיקים בני מאות ואלפי שנים, שבכוחם לסייע לבריאות וריפוי בתקופתנו.

הקורס יעניק ידע עשיר אודות חידת העלמותה של רפואת הצמחים היהודית בתקופה המקראית והתפתחותה מחדש במרחב האסכולה הגאלנית – הערבית בימי הביניים. בקורס נלמד אודות הנהגת הבריאות ותזונת שש עונות השנה על פי האסכולה היוונית, נכיר רופאים מטבעי חותם בהיסטוריה הרפואית בתקופת תור הזהב האסלאמי. נקבל ידע וכלים מעשיים לתזונה נכונה שימוש בתבלינים וצמחי מרפא לחיזוק ושיפור בריאות הגוף והנפש ובעיקר נבין את הקשר וההתאמה בין טמפרמנט עונה ומזון.

מטרות הקורס:

✂ הכרת התפתחות הרפואה על בסיס האסכולה הגאלנית – ערבית

✂ תזונת שש עונות שנה מותאמת אישית ושימוש בתבלינים וצמחים בשגרת בריאות ובחולי

חומר לימוד והוראה:

✂ ספר אנציקלופדיית תלמוד הצמחים (בהנחה לתלמידי הקורס)

✂ מערך שיעורים מובנה באמצעות מצגת

אופן הוראה: זום (כולל הקלטה למשך חצי שנה)

מספר מפגשים: 8 משך כל מפגש: כ - 3 שעות

קהל יעד: תזונאים, חובבי צמחי מרפא, נטורופתים, רופאים המשלבים רפואה מונעת



תלמוד הצמחים

שיעורים 1:

חידת היעלמותה של רפואת הצמחים היהודית העתיקה
רפואת הצמחים העתיקה בארץ ישראל וסביבותיה – חלק א

שיעור 2:

חידת היעלמותה של רפואת הצמחים היהודית העתיקה
רפואת הצמחים העתיקה בארץ ישראל וסביבותיה – חלק ב' + ג'

שיעור 3:

התזונה הגאלנית – ערבית ברפואה מונעת על פי שש עונות השנה
תזונה מותאמת אישית על פי: אפיון טמפרמנט, השפעת עונות השנה, השפעת המזון על הטמפרמנט
כולל אפיון המזג האישי של כל משתתף והמלצת תפריט מותאם לשש העונות

שיעור 4:

סוכר (קנים) צמח המרפא החשוב ביותר בטבע
היסטוריה חקלאית, שימושים רפואיים, מניעה וטיפול בתסמינים מטבוליים וסכרת

שיעור 5:

תבלינים: זעפרן, קינמון, מוסקט, פלפלים

שיעור 6:

תבלינים: ג'ינגר, קצח, הל, אוג

שיעור 7:

תבלינים: חילבה, שום, ורדים, כורכום

שיעור 8:

תבלינים: כמון, אניס, קורנית



תלמוד הצמחים

מרצה: אברהם דהאן

התמחות:

- חוקר אתנו-בוטניקה ותזונה בעת העתיקה
- מחבר אנציקלופדיית תלמוד הצמחים
- מחבר הספר תלמוד הדבורים
- מחבר הגדה ישראלית סדר ט"ו בשבט
- מייסד בוסתן תלמוד הצמחים בחוות מצפה הימים בגליל העליון
- מדריך ליקוט צמחי בר למאכל

היקף שעות הקורס: מינימום 24 שעות מלאות

התקשרות:

נייד: 050-812-7770

אימייל: avraham7702@gmail.com

רישום באתר אנציקלופדיית תלמוד הצמחים: www.cth.co.il

פייסבוק: אברהם דהאן



להתראות בקורס
אברהם דהאן

כל זכויות קורס 'תלמוד הצמחים' על תכניו המקצועיים והקניינים הרוחניים שמורות לחוקר והעורך אברהם דהאן ©
הקורס עוסק באתנו-בוטניקה מהעת העתיקה ואינו מהווה תחליף ליעוץ או לטיפול רפואי במחלות

