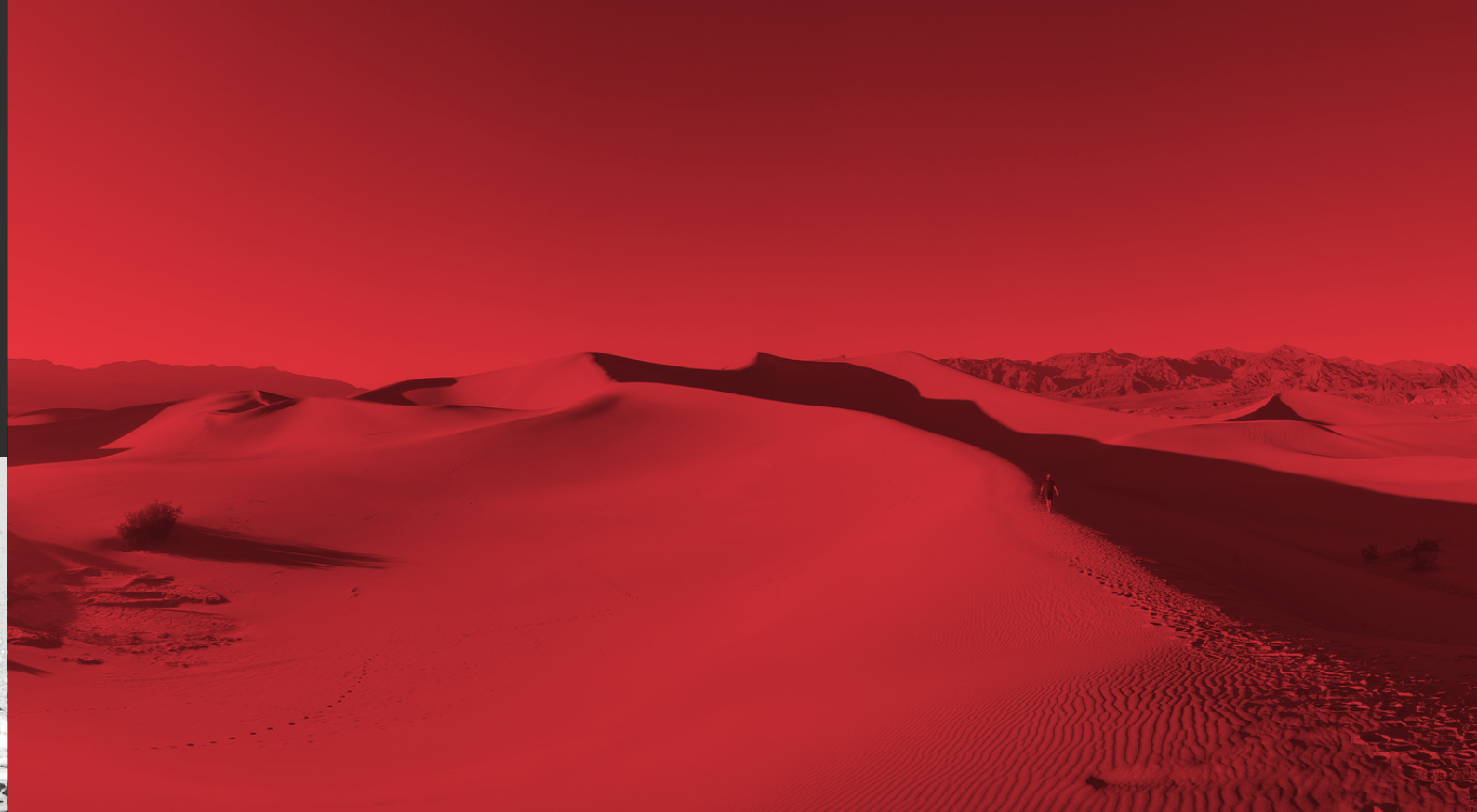


TED^x Birzeit

x = independently organized TED event



Breaking Molds كسر القوالب

TED^x AlJalaaSt
x = independently organized TED event

أيام المسرح
Theatre Day Productions

TED^x Birzeit
x = independently organized TED event

جامعة بيرزيت
BIRZEIT UNIVERSITY
وحدة الإبداع والريادة

دروسوس (...)

TRAINERS

طارق زبون

المستشار الفني لمؤسسة الأثوف الحمراء الدولية، لعب دوراً أساسياً في بناء فن التهرج الطبي في فلسطين والأردن. الاستاذ طارق خريج مدرسة الفكاهة الدولية في فيينا ومحاضر في جامعة دار الكلمة، وهو خريج نفس الجامعة تخصص دراما وأداء مسرحي. يُقدم مجموعة من التدريبات كمهارات تقديم العروض والتعرف على الجسد والدراما والمسرح في مجموعة من المشاريع كمشروع الجبل وتيدكس بيرزيت والعديد من المؤسسات ومجموعات أخرى من تدريبات العمل كفريق واكتشاف الشفاف وتخفيف التوتر

Tareq Zboun

Technical advisor to the International Red Noses Foundation, He played a key role in building the art of medical clowning in Palestine and Jordan. Mr. Tariq is a graduate of the International School of Humor in Vienna and a lecturer at Dar Al-Kalima University. He is a graduate of the same university, majoring in drama and theatrical performance. Offers a range of trainings such as presentation skills, body recognition, drama and theater in a range of projects such as the Mountain Project, TEDx Birzeit and many other institutions and a combination of teamwork, passion discovery and stress relief



TRAINERS

ايلدا زغموط

تؤمن ايلدا بأهمية ممارسة التأمل واليوغا ودمجهم ليصبحوا جزء من روتين الحياة اليومية لما لهم من فوائد جسدية، نفسية وذهنية. إن خلق مساحة خاصة بنا من خلال ممارسة التأمل هو بمثابة هدية نهدىها لذاتنا بشكل يومي. لننا نستحق مساحة من الرعاية الذاتية في ظل الضغوطات والتحديات اليومية التي نخبرها... تتطلع ايلدا إلى اصطحاب الناس في رحلة اكتشاف للذات عبر اليوغا والتأمل للتعرف على ذاتهم العميقة للقيام بعمل التغيير الذي يسعون له

Elda Zaghmout

Co-Founded Beit Ashams for Self Development in Beit Jala; a community center and the First Specialized Yoga Studio in Palestine in 2015. In 2019, Eilda also became the "Product Manager" of TAWAZON, the first Meditation & Mindfulness App in Arabic. She is a mother of 2 boys, Jude & Jilan. She aspires to take the people in a journey of Self Discovery through Yoga to see their new way of being in making the change in this Holy Land.



TRAINERS

مايا أبو الحيات

روائية فلسطينية وشاعرة وممثلة ومؤلفة كتب أطفال، نشرت أربعة دواوين شعرية: كتاب الخوف 2021، "فساتين بيئية وحروب" (دار الأهمية، 2016)، "تلك الابتسامة... ذلك القلب" (دار راية للنشر، 2012)، "ما قالته فيه" (منشورات بيت الشعر ومؤسسة القطن، 2007)؛ وأربع روايات أخرى: "جليتر" (دار المتوشط، 2018)، "لا أحد يعرف زمرة دمه" (دار الاداب، 2008)، "حبات الشكر" (منشورات بيت الشعر، 2004) و"عتبة ثقيلة الزوج"- دار أوغاريت 2011. وكذلك عدة كتب أطفال

Maya Abu Hayyat

Is a Beirut-born novelist and poet living in Jerusalem. She has published two poetry books, numerous children's stories and three novels, including her latest No One Knows His Blood Type (Dar Al-Adab, 2013). Abu Al-Hayat directs the Palestine Writing Workshop, an institution that seeks to encourage reading in Palestinian communities through creative writing projects and storytelling with children and teachers. The Workshop also assists writers in developing their skills and implementing their artistic and literary projects.



TRAINERS

جعفر أبو شريفه

مهندس كهرباء ومطور عروض تقديمية أكثر اشي يحبو في الحياه هو التجديد انا يعتبر حالي ابي على قيد الحياه اذا تعلمت واكتشفت اشي جديد . حياتنا اذا كان فيها تجارب وقصص مختلفه بتكون مصدر للفخر والواقعه حلوه نحكيها لغيرنا

Jafar Abu Sharifah

Electrical engineer and presentations developer. I very much enjoy learning and experiencing new things. I believe that I am alive only if I am involved in the process of continuous learning and discovering new things. If our lives have different experiences and stories, they will be a source of pride for us and a sweet story that we tell others.



اطلع عالجبيل، حتى وانت عم توقع

ياسمين نجار، العمر: 24 سنة



درست علم نفس في جامعة النجاح الوطنية، واعمِل في المجلس الاعلى للشباب والرياضة، من هواياتي زراعة الزهور، القراءة، اكتشاف الطبيعة. قصتي تلخصت بثلاث كلمات تحدي واصرار وارادة، مستوطنات الاحتلال منعتني من تسلق جبال قريتي بورين، فتسلقت قمة الحرية -قمة كلمنجارو- وكنت الأولى في العالم التي تتسلق هذه القمة برجل صناعية

انت بتقرر شو بدك تشوف

مؤنس نزال، العمر 22 سنة



أسمى لأساعد الناس على تطوير لغتهم الإنجليزية، رغم صعوبة الظروف، تمكنت من التخرج من الجامعة بمعدل امتياز متفوقاً على كثير من أقراني الذين لديهم ظروف أسهل تسلط قصتي الضوء على حياتي منذ نعومة أظفاري إلى يومي هذا في ظل التحدي الذي عايشته بفقدان البصر وكيف تنقلت من حضن الأسرة ودفنُها إلى مدرسة بعيدة في رام الله وكيف فقدت البصر هناك نهائياً، ثم مرحلة التفوق في الثانوية العامة ثم الجامعة

لولا فسحة الأمل

ندى حمدان، العمر: 21 سنة



ندى طالبة سنة رابعة في جامعة بيرزيت، وناشطة في الكثير من المبادرات والبرامج الشبابية التي تهتم بصنع شباب افضل . الحياة هي دورة لا تنتهي من الاختبارات، وبطولتنا الوحيدة تكمن بالتجاوز، ولا اقصم بالتجاوز الذي نكون فيه مستنزفين أو محطمين مما مررنا به، بل ذلك التجاوز الذي يدفعنا أن نرى الحياة بشكل اكبر واعمق مما كنا عليه، ونقف عند كل مفترق طرق لنقول أن هذه الدنيا وبالرغم من كل شيء، تستحق أن نعيش من اجلها

المرأة الحديدية

نسرين الكرنز، العمر: 28 سنة



هي عضو في المجلس الاستشاري لإعداد المُحكِّمين ومساعدة بحث في معهد مواطن وميسرة في برنامج المواطنة والقيادة الفاعلة - جامعة بيرزيت. تخبرنا نسرين: الأحداث العظيمة ملهمة للتفوق والنجاح، فقد ترسم الظروف لنا خط معين وتحدد مسار حياتنا في اتجاه معين، لكن الطاقة العظيمة التي بداخلنا نستطيع توجيهها لتجاوز كل العقبات وتحقيق ما نريد

أعظم مدرسة دخلتها في حياتي

سلام أبو شرار، 26 سنة



سلام صيدلانية وكاتبة صحفية، وهي إنسانة تحاول دائماً أن تتعلم من كل شيء حولها بالتجربة والكتابة تقول سلام: الإنسان قبل السجن ليس كالإنسان بعده، فيه يختبر مشاعر ومعاني قاسية، وفيه أيضاً يتعلم الكثير عن ذاته وقيمة كل شيء حوله مهما بدا بسيطاً

على خطاه

رند الريموي، العمر: 21 سنة



هي رند الريموي ابنة الأسير عبد الكريم الريموي وطالبة إعلام في جامعة بيرزيت "جدرانٌ حاجزة فصلتني عن والدي ولم تستطع فصلنا عن الحياة"

دروسوس (...)

الداعم والشريك لهذا الحدث هو مؤسسة دروسوس

تسعى مؤسسة دروسوس إلى تمكين الأشخاص الذين يعانون أوضاعاً صعبة من العيش بكرامة. تقوم المؤسسة، بالتعاون مع المؤسسات الشريكة، بتطوير ودعم مشاريع تركز على تقوية مهارات حياتية للشباب. من خلال تشجيع الابداع والاستقلال الاقتصادي. تنشيط المؤسسة في سويسرا وشرق ألمانيا ومصر والأردن ولبنان والمغرب وفلسطين وتونس. إن نصح الاستدامة المتميز الذي تتبّعه المؤسسة جعلها شريكاً دولياً مشهوراً في مجال التنمية. المؤسسة مستقلة إيديولوجياً وسياسياً ودينياً

This event is in partnership with Drosos Foundation
Drosos Foundation is committed to enabling people in difficult situations to live a life in dignity. Together with partner organizations, it develops and supports projects that focus on strengthening the life skills of young people by promoting creativity and economic independence. The Foundation is active in Switzerland and Eastern Germany as well as in Egypt, Jordan, Lebanon, Morocco, Palestine and Tunisia. Its distinct sustainability approach has made the Foundation an internationally renowned development partner. It is ideologically, politically, and religiously independent.

كل شيء يبدأ بعقلك وينتهي بعقلك

رولا صفيّر، 22 سنة

بتعرف نفسها : "محببة للآفات و خريجة بيرزيت تخصص انجليزي ترجمة، وحالياً بدرب بإذاعة بتخصصي، بحب اسافر واتعرف على كثير ناس واجرب اشياء جديدة
"رحلتي من عدم الثقة بالنفس لثقتي بنفسي الي وصلنتي لكثير شفلات طوة بحياتي"



البلبله الي غيرت حياتي

نهال رحاب ابوجوهر، العمر 30 سنة



ناشطة اجتماعية ونسوية
دايمًا كنت افكر انه عندي سيطرة كاملة ع حياتي لحد ما بيوم صحيت ع واقع مختلف خلاني افهم انه في كثير ظروف اقوى منا، ودورنا مش أنا نضعف قدامها انما نتحداها ونتحدى انفسنا لحتى نعيش راضيين وشاكرين على كلشي منملكه حتى لو كان القليل

كن أنت التغيير الذي تريد أن تراه في العالم

خضر الكسواني، العمر: 28 سنة

خضر شاب اجتماعي و إنساني محب للحياة والمغامرة، خريج علم نفس فرعي علم اجتماع من جامعة بيرزيت، وأنهى ماجستير تنمية دولية وماجستير تأسيس مؤسسات، ويعمل كمدرّب معتمد ومرشد نفسي في المؤسسات والمدارس. أغبشت عيناه فرأى الحياة بشكلها الصحيح! حيث ضربات الحياة كانت كثيرة في حياتي، ولكن استطعت أن احوّلها إلى دروس تعود بالفائدة، لعل أهمها تلك التي جعلتني ارى الحياة بصورة أفضل من غيري، وافهم السر الذي تقوم عليه الحياة

