

		דברי פתיחה	
1	גברים ממאדים נשים מנגה	הרה"ג זכריה בן שלמה	(00:07:34)
2	מבוא לטהרת המשפחה	הרבנית הודיה דוידוביץ'	(01:16:29)
3	אנטומיה והיבטים פיזיולוגיים של הגבר והאישה	הרב אמיר ממון	(01:00:18)
4	קשיים שכחים בראשית שנות הנישואין	ד"ר חגית דאום	(00:39:55)
5	סידור ווסת	ד"ר חגית דאום	(00:24:25)
6	התקרבות זוגית בימי הנדודים א. הרחקות	דקלה טלר	(00:17:39)
	התקרבות זוגית בימי הנדודים ב. ימי הראיה	דקלה טלר	(00:08:51)
	התקרבות זוגית בימי הנדודים ג. שבעה נקיים	דקלה טלר	(00:11:11)
	התקרבות זוגית בימי הנדודים ד. 5 שפות לאהבה	דקלה טלר	(00:04:09)
	התקרבות זוגית בימי הנדודים ה. טהרה זוגית	דקלה טלר	(00:04:29)
	התקרבות זוגית בימי הנדודים ו. סיכום	דקלה טלר	(00:06:36)
7	בין דם וכתם	הרב אמיר ממון	(00:01:25)
8	תיאום ציפיות בין המדריכה לכהן וכיצד ליצור תקשורת אפקטיבית	יעל יפת	(00:49:47)
9	זיהוי נורות אדומות ואתגרים בתקופת האירוסין	שירת מלאך	(01:36:57)
10	דיני הרחקה	הרב אמיר ממון	(00:59:34)
11	אינטימיות זוגית, וזוגיות אנטימית א. מקום המיניות במערכת הזוגית	דקלה טלר	(00:47:29)
	אינטימיות זוגית, וזוגיות אנטימית ב. מיניות בריאה, האתגר	דקלה טלר	(00:14:36)
	אינטימיות זוגית, וזוגיות אנטימית ג. אינטימיות ומיניות	דקלה טלר	(00:05:29)
	אינטימיות זוגית, וזוגיות אנטימית ד. המיניות במערכת הזוגית	דקלה טלר	(00:15:27)
	אינטימיות זוגית, וזוגיות אנטימית ה. פערים	דקלה טלר	(00:06:55)
	אינטימיות זוגית, וזוגיות אנטימית ו. סיכום	דקלה טלר	(00:12:41)
12	השפעת החשיפה לתכנים ברשת א. הקדמה	ד"ר תהל בן צבי	(00:01:58)
	השפעת החשיפה לתכנים ברשת ב. הנורמאליות שבתופעה	ד"ר תהל בן צבי	(00:05:05)
	השפעת החשיפה לתכנים ברשת ג. המעגל האכזרי של ההתמכרות	ד"ר תהל בן צבי	(00:05:16)
	השפעת החשיפה לתכנים ברשת ד. השפעות הצפיה	ד"ר תהל בן צבי	(00:10:54)
	השפעת החשיפה לתכנים ברשת ה. קשר יהודי כמרכיב משלים לצפיה במסכים	ד"ר תהל בן צבי	(00:05:59)
13	דיני טהרה - הפסק ושבעה נקיים	הרב אמיר ממון	(00:13:29)
14	זוגיות כמרחב מרפא	הרבנית מלכי צור	(00:52:46)
15	דיני הכנה לטבילה	הרב אמיר ממון	(01:24:46)
16	הארת תהליך ההיטהרות - שבעה נקיים וטבילה	הרבנית הודיה דוידוביץ'	(01:01:59)
17	פערים בתשוקה ואיך לסרב מבלי לפגוע בבן הזוג	אפרת צור	(00:41:38)
18	דיני פרישה ודיני וסתות	הרב אמיר ממון	(01:15:06)
19	תרגול קביעת עונות	הדר ארז	(00:57:45)
20	סוד ימי הנדידה	הרבנית נילי בן שלמה	(00:24:58)
21	מפגש ראשון עם הכלה	הרבנית הודיה דוידוביץ'	(00:24:57)
22	פגיעות מיניות והשפעתן על הקשר הזוגי א. רקע לתופעה במגזר הדתי	ד"ר תהל בן צבי	(01:07:30)
	פגיעות מיניות והשפעתן על הקשר הזוגי ב. הגדרה לתופעה	ד"ר תהל בן צבי	(00:06:19)
	פגיעות מיניות והשפעתן על הקשר הזוגי ג. נורות אזהרה לקשר פוגעני	ד"ר תהל בן צבי	(00:10:41)
	פגיעות מיניות והשפעתן על הקשר הזוגי ד. ההשפעה על מיניות האישה	ד"ר תהל בן צבי	(00:06:25)
	פגיעות מיניות והשפעתן על הקשר הזוגי ה. מקומה של המדריכה	ד"ר תהל בן צבי	(00:07:08)
23	המתנ"ה שאת - להיות אישה א. הצלילה פנימה	עדנה נבון	(00:14:48)
	המתנ"ה שאת - להיות אישה ב. הכרות	עדנה נבון	(00:03:21)
	המתנ"ה שאת - להיות אישה ג. התכנית האלקית	עדנה נבון	(00:05:05)
	המתנ"ה שאת - להיות אישה ד. המתנ"ה שבך	עדנה נבון	(00:06:48)
	המתנ"ה שאת - להיות אישה ה. מודל להגשמה מינית	עדנה נבון	(00:11:38)
	המתנ"ה שאת - להיות אישה ו. טיפים למסע של החיים	עדנה נבון	(00:04:11)
	המתנ"ה שאת - להיות אישה ז. סיכום וסיום	עדנה נבון	(00:05:52)
24	דיני שאלת רב	הרב אמיר ממון	(00:05:16)
25	המפגש עם הכלה מהמגזר הכללי	חגית חזני	(00:58:57)
26	מהות החופה והקידושין	הרב דודי פוטש	(00:47:33)
27	דיני כלה (גוללות ואמצעי מניעה) - חלק א'	הרב אמיר ממון	(01:22:26)
	דיני כלה (גוללות ואמצעי מניעה) - חלק ב'	הרב אמיר ממון	(00:42:06)
28	ליל כלולות, אישות ועונג	הרבנית הודיה דוידוביץ'	(00:40:21)
29	הדרכה לחיי אישות	הרב אמיר ממון	(01:21:45)
30	כוחם של הדיבור וההקשבה במרחב הזוגי	משה שרון	(00:08:45)
31	דיני הרה ויולדת א - מעוברת ודינים רפואיים	הרב אמיר ממון	(01:00:50)
	דיני הרה ויולדת ב - מאימתי נטמאת, שאלות נפוצות, עזרת הבעל ליולדת	הרב אמיר ממון	(00:08:57)
	דיני הרה ויולדת ג - שעת הלידה	הרב אמיר ממון	(00:13:42)
	דיני הרה ויולדת ד - לידה בשבת	הרב אמיר ממון	(00:03:37)
	דיני הרה ויולדת ה - טומאת היולדת וטהרתה	הרב אמיר ממון	(00:06:42)
	דיני הרה ויולדת ו - מפלת	הרב אמיר ממון	(00:07:12)
32	דיני בדיקה רפואית	הרב אמיר ממון	(00:03:58)
33	אמצעי מניעה	מיכל זוסמן	(00:25:30)
34	מקבץ ש"ותים חלק א'	הרה"ג זכריה בן שלמה	(00:35:30)
35	מקבץ ש"ותים חלק ב'	הרה"ג זכריה בן שלמה	(01:03:01)
36	מקבץ ש"ותים חלק ג'	הרה"ג זכריה בן שלמה	(00:41:07)
37	כלים מעשים ופיתוח מיומנויות להדרכה א'	הדר ארז	(00:59:44)
38	כלים מעשים ופיתוח מיומנויות להדרכה ב'	דפנה מורדוך	(01:18:20)
39	כלים מעשים ופיתוח מיומנויות להדרכה ג'	מיכל סט	(00:49:04)
40	אישות ודינמיקה מינית וזוגית בהמשך החיים	אפרת צור	(00:55:37)
	דברי סיכום	הרה"ג זכריה בן שלמה	(00:50:10)
			(00:06:07)