

משהו חדש מתחיל אצלינו עכשיו...



מגוון סדנאות לנשות הבנק בהרשמה מראש

תזונה בריאה

אתגר חודש של יקוי רעלים, אוכל בריא וטעים, ללא גלוטן, שמן וסוכר!
מתנ"ס בנדר 5
40 ש"ח עבור טעימות אוכל בריא



יום ב'
10:00-11:00
גב' מיכל
רייכמן
4 מפגשים

קוד קורס: 12 | עלות כל מפגש: 60 דקות

כלים לחיים בתודעה

המסע, אהבה עצמי,
פסיכותרפיה ועוד...
מתנ"ס בנדר 5
מוסמכת בCBT ו NLP



יום ב'
20:45
גב' דבורה
סלומון
3 מפגשים

קוד קורס: 13 | עלות כל מפגש: 60 דקות

תפירה

בהתאם
לביובש קבוצה
איך לעשות תיקונים לבגדים
בכוחות עצמך
שבט הלוי 10



גב' יוכבד
לוזון
1/2 מפגשים

לפרטים: 052-713-6235

קוד קורס: 14 | עלות כל מפגש: 90 דקות

אימון פיזי וקואצ'ינג

אימון פיזי לגוף ולנפש
(מזער ע"י מטפלת שיקומית)
מתנ"ס ברסלב, טטודין
לפרטים: 053-3142-639



יום א'
10:20
יום ג'
21:15
גב' אודל
ליברמן
4 מפגשים

קוד קורס בוקר: 16 ערב: 17 | עלות כל מפגש: 60 דקות

חובות הלבבות

בהתאם
לביובש קבוצה
אמנה
ובטחון
שבט הלוי 10



גב' יוכבד
לוזון
4 מפגשים

קוד קורס: 15 | עלות כל מפגש: 60 דקות

תרפיה באומנות

הרפיה ושחרור דרך האומנות תוך
שימוש בחומרים מגוונים
מתנ"ס בנדר 5
עלות חומרים 30 ש"ח
לפרטים: 052-761-2729



יום ד'
11:00
גב' הניה
לוי
4 מפגשים

קוד קורס: 18 | עלות כל מפגש: 90 דקות

רישום באמצעות בנקל: 074-792-50-70

להצטרפות לבנק: timebankbi@gmail.com 02-5803050

הסדנאות יפתחו בהתאם לדרשה ורישום // יש לעקוב אחרי עדכונים טלפונים מהבנק