

שבוע נחיתה רכה - סגל רופין

במרכז החוסן, רצינו לאפשר לכן ולכם - סגל יקר -
לנחות ברכות לשגרה.

מה בתפריט?



מרכז
חוסן, קהילה ומנהיגות
המרכז האקדמי רופין

עגלת קפה



יום רביעי 15/04 בין השעות 7:30-10:00

ברחבת הכניסה לאולם הכנסים



בעגלה יחכו לכם קפה ומאפה

אפתוח את היום בטוב!

סדנת מיינדפולנס

יום חמישי 16/04 בין השעות 13:00-14:00

בניין הספרייה כיתה 10



מפגש בו נלמד נשימה נכונה ומשקמת להפחית מתח,

שיפור הבריאות והחזרת איזון הגוף והנפש.

ההשתתפות מותנית בהרשמה מראש בלחיצה [כאן](#)

מהרו, מספר המקומות מוגבל!



סדנת סאונד הלינג

יום ראשון 19/04 בין השעות 13:00-14:00

בניין 22 כיתה 1



סדנת סאונד הלינג היא חוויה שמרגיעה את הגוף והנפש,

מנקה רעשים פנימיים ומובילה לשקט עמוק ולהטעת אנרגיה.

הסדנה מועברת ע"י מוליקאי תוך שימוש בכלי נגינה ייחודיים.

ההשתתפות מותנית בהרשמה מראש בלחיצה [כאן](#)

מהרו, מספר המקומות מוגבל!

מאחלות לכם ולכן חזרה לשגרה מלאה באנרגיה מחודשת.

המרכז לחוסן קהילה ומנהיגות

