



החממה להתחדשות ומשמעות לבני ובנות +60 במ.א חוף השרון

אם פרשתם זה מכבר וזמנכם בידכם, ואתם בעלי תשוקה לחווית התחדשות ומשמעות, מעוניינים לתרום לעצמכם ולקהילה ולהכיר אנשים חדשים, הצטרפו אלינו!

**בואו נצא מאזורי הנוחות ונתניע את העשייה,
שתצית את האש הפנימית**

מה קורה בחממה?

- למידה מרתקת על תקופת החיים החדשה מאפייניה ואתגריה
- היכרות עם בני תקופת החיים החדשה מכל רחבי חוף השרון – פוטנציאל לחברויות חדשות
- בירור ומיקוד תהליך ההתפתחות האישי הרצוי – למה לי לקום בבוקר?
- קבוצת עמיתים לומדת ותומכת
- השבת הרלוונטיות, הכבוד, הבטחון והאופטימיות
- מימוש חלומות – למעוניינים, הכשרה וליווי מקצועי בהקמת מיזם בשותפות הקהילה האזורית

המטרה: להאריך ולהעלות את איכות חייהם של בני ובנות ה-60+ כאנשים פעילים, יוצרים, מתפתחים ועצמאיים המהווים נכס למשפחתם וסביבתם.

היעד: הפיכת מרחב מועצת חוף השרון למרחב מאפשר התפתחות ומשמעות לבני ה-60+, המובילים בעצמם צעדי השפעה בקהילה.

ולמה התפתחות? כי הפסקת ההתחדשות הקוגניטיבית, ירידה בערך העצמי והידרדרות רגשית מובילות לשחיקה פיזיולוגית מהירה יותר והידרדרות תפקודית. ההתפתחות מאפשרת, בין השאר, מימוש איכויות המוח המבוגר ויציאה מאזורי הנוחות, החיונית לבריאות ולאיכות החיים בגיל הזה.

ההכשרה תחל ב- 15 בנובמבר 2023
ותכלול 12 מפגשים בימי רביעי, אחת
לשבוע, בשעות 9:00-13:00
במועדון החבר בקיבוץ יקום.

דמי השתתפות:

50₪ למפגש סה"כ 600₪ לכל ההכשרה

להרשמה הקליקו כאן <<<

לפרטים נוספים: סיוונה גולן,
פרוייקטורית STARTUP 60+
052-5799089