



חוסן ואיתנות לעצור | לנשום | להתחזק

מפגש יעודי לחברי וחברות סגל אקדמי בטכניון

- שיח מונחה בקבוצה קטנה
- תרגולים יישומיים להפחתת עומס מנטלי
- כלים לחיזוק יציבות פנימית בתקופות אי-ודאות

הזמנה למרחב של חוסן, התבוננות והתחדשות
בניין פורשהיימר קומה 1 מתחם VIP
20.2 | 13.5 בין השעות : 10:00-13:00

מפגש חד-פעמי | 3 שעות | קבוצה קטנה
כולל ארוחת צהריים

מנחה : אשרת אמסלם, פסיכותרפיסטית ומרצה לפיתוח חוסן