

סמינר בנושא: צמיחה אישית ומקצועית - דן פנורמה אילת 15-17 אוקטובר 2017

יום ראשון 15.10

חלוקת חדרים	15:00-16:00
ארוחת ערב	18:00-21:00

יום שני 16.10

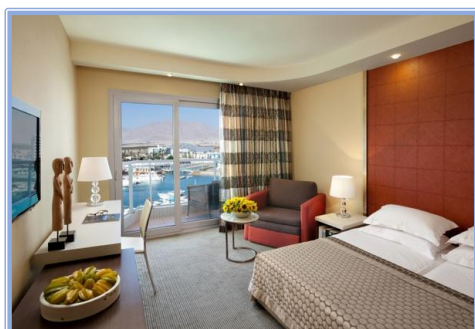
ארוחת בוקר	07:30-10:00
"צמיחה והעצמה אישית ומקצועית ע"י אימוץ אורח חיים בריא" - מרצה: אריאלה טלר	11:00-14:00

החיים המודרניים מומנים לנו אינסוף הזדמנויות להתפתחות ולהגשמה, אך מעמידים בפנינו אתגרים עצומים: אינטנסיביות, צורך לעמוד ביעדים ולהסתגל לשינויים, התמודדות עם לחץ ושחיקה ועם מילוי מגוון תפקידים תובעניים בו זמנית. מאורח חיים מאתגר זה, מושפעים הגוף והנפש. בריאות גופנית ונפשית היא הבסיס לגדילה וצמיחה אישית. ההרצאה תעסוק, בין היתר, בדימוי אישי ומקצועי, התמודדות במצבי סטרס והקמת השחיקה ע"י תזונה מבריאה ואימוץ אורח חיים בריא, העצמה אישית, תזונה, בריאות ואיזון גופני ונפשי ככלי להצלחה ועוד.

ארוחת ערב	18:30-21:00
-----------	-------------

יום שלישי 17.10

ארוחת בוקר	07:30-10:00
סיכום וחלוקת תעודות	10:00-11:00
פינוי חדרים	11:00



- הילה רשאית לשנות את נושא הסמינר ותכניו במידת הצורך ובהתאם לשיקול דעתה.
- השתתפות בהרצאה הינה חובה. אי השתתפות בהרצאה תקנה זכות להילה לחייב את החבר בעלות המלאה של ההשתלמות ו/או לשלול ממנו זכות להשתתפות בהשתלמויות אחרות כלשהן, על פי שיקול דעתה הבלעדי.