

נתניה

טלפון: 072-2285757

מטפלת בתרפיה הוליסטית המשלבת טיפולי גוף ונפש. מנחה סדנאות מיינדפולנס. מוסמכת בטיפול

בשיטת התמקדות. עוסקת שנים רבות בייעוץ קריירה לאנשים פרטיים ולארגונים. מומחית בטיפול

באנשים החווים מצבי שינוי. תרגול מיינדפולנס משלב טכניקות של נשימה, הרפיה של כלל הגוף, דמיון

מודרך ומדיטציה. הוא מאפשר לך להתמודד טוב יותר עם מצבי חרדה, לחץ ומתח, טיפול בכאב כרוני,

טיפול המשלב ריפוי הגוף והנפש, מקדם איכות חיים טובה יותר של שלוות נפש, שינה איכותית,

העצמה, מודעות עצמית, שמירה על בריאות טובה ויכולת ליהנות מחיי יומיום. מנחה ומלמדת קורסים

וסדנאות מיינדפולנס. ~~~~~

מידע נוסף שיעניין אותך נמצא כאן

~~~~~

[לפרטים מלאים ויצירת קשר](#)