

תוכנית WELLBEING לבית הטכניון

ההרשמה תפתח ב 10:00 | 22.3.2023



HUMANITIES
AND ARTS



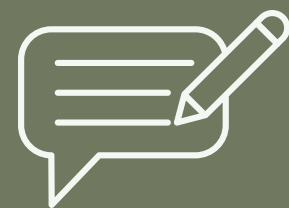
TECHNION
Israel Institute
of Technology

היחידה לחינוך גופני רואה
לנגד עיניה את החשיבות
הרבה בחשיפת תחומי קידום
הבריאות בבית הטכניון, על
מנת להעלות את המודעות,
להרחיב את העניין ותחומי
ידע וליצור אתגרים בני ביצוע
בתחומי בריאות האדם.

הערות:

- תנאי השתתפות- אישור רפואי/הצהרת בריאות.
- התוכנית תתקיים בין 16.4.23-16.7.23 באופן אישי וקבוצתי
- ההרשמה תיפתח ב 22.3.23 בשעה 10:00
- מספר המקומות מוגבל
- המפגשים יתקיימו מחוץ לשעות העבודה

היחידה לחינוך גופני מציעה
קורס סמסטריאלי (3 חודשים)
להעלאת המודעות לאורח חיים
בריא לאנשי סגל ועובדי טכניון,
מסגרת זו תהווה פלטפורמה
להתייחסות אישית וקבוצתית
יעוץ ותרגול מעשי של נושאים
הקשורים לכושר גופני וחסיונות,
תזונה בריאה ומאוזנת,
מיינדפולנס ומדיטציה והרפייה.



לחצו להרשמה



לפרטים נוספים אנא פנו לטימאה
טוט אטיאס:
timea.toth-a@technion.ac.il