

# מיכל כהן מטפלת מוסמכת "סדנא רגע לעצמך"

אני מזמינה אתכם להניח את כל הרעש בצד ולצלול אל תוך עולם של רוגע ושלווה בסדנא של "רגע לעצמך".  
הסדנא "רגע לעצמך" מעוררת השראה ומעניקה טכניקות ייחודיות להפגת כאב ולחץ בטיפול עצמי, שתוכלו לקחת אתכם לחיי היום יום, הסדנא תתקיים בסביבה מרגיעה עם נוף פסטורלי לים בקיבוץ מצפה שלם.  
בסדנא נכיר מגוון של צמחי מרפא ושמנים ארומטיים, המסייעים להקלה בכאב, נכיר טכניקות לטיפול בכפות הידיים ובסיום מדיטציה לתחושת שלווה ורוגע.  
כמו כן ניתן להזמין מראש טיפולים יחיד/זוגי בקליניקה בנוף פסטורלי.  
מיכל כהן, בוגרת מכללת רידמן, מטפלת מוסמכת עם ניסיון של 15 שנה, מומחית במנעד טיפולים רחב ובעלת ידע עצום בתחום.



מחיר מיוחד לסדנא למשתתפי  
צעדת ראשוני ים המלח : 100 ש"ח

- עיסוי משולב עם שמנים ארומטיים
- עיסוי רקמות עמוק
- עיסוי רפלקסולוגיה
- עיסוי נשים הרות
- עיסוי שוודי ארומטי

## תאריכי הפעילויות:

20/3 , 19/3 , 13/3 , 12/3 , 6/3 , 5/3

## שעות פעילות הסדנא:

13:00 - 12:00

## פרטי התקשרות:

טלפון: 052-6556724

מייל: miki1865@gmail.com

פייסבוק: מיכל כהן מטפלת מוסמכת

אינסטגרם: michal\_cohen\_therapist