



ניוזלטר מאי

הרצאת אונליין למשתתפי 10k בנושא זוגיות

“האומץ לאהוב - הדרך להתפתחות נפשית”

29.05.24 | 20:00-19:00

בהרצאה ד"ר עודד מבורך יציג את גישתו הטיפולית לסייע לבני זוג להתפתח בזכות השוני וההבדלים ביניהם ולהתמסר האחד לשני. האומץ נדרש מכל אחד מבני הזוג כדי לוותר על עמדות מוכרות, ערכים ישנים, הרגלים ואמונות ודפוסי חשיבה ורגש ולראות בקשר הזוגי את המפתח לשינוי וצמיחה. בכך יחסכו בני הזוג עשרות שנים של מאמץ חסר תועלת לשנות את בן/בת זוגם.

להרשמה לחצו כאן



ד"ר עודד מבורך, פסיכולוג קליני בהכשרתו ובעל ניסיון עשיר בטיפול אישי, קבוצתי וזוגי. עד כה פרסם שלושה ספרים: 'ספר הקולות' (הוצאת אבן חושן), 'חרדה היא הזדמנות' ו-'תרפיית הקולות היריבים' (הוצאת מטר).

קבוצת מחקר חדשה: נשים שהחלימו מסרטן השד

כחלק מהמאמץ לגייס נשים שהחלימו מסרטן השד לפרויקט 10k, אנחנו משתפים פעולה עם המשפיענית גל גברעם.

לגל, יוצרת תוכן מוכרת עם קהל עוקבים משמעותי, יש קשר אישי למחלת סרטן השד. אמה ושתי דודותיה של גל חלו בסרטן השד. בצער רב, דודתה מישל נפטרה מהמחלה. בשיתוף פעולה עם פרויקט 10k ועמותת אחת מתשע, גל בוחרת להשתמש בכוח ההשפעה שלה ולקחת חלק בשינוי המציאות של נשים רבות שחלו במחלה, המצויות בחוסר ודאות לגבי חזרתה של המחלה.



לחצו לצפייה בפייסבוק:



לחצו לצפייה ביוטיוב:



הקלטת הרצאה גיל המעבר



תודה רבה לד"ר נועה חובב על הרצאה מרתקת בנושא גיל המעבר! בהרצאתה, ד"ר חובב דנה אודות גישת הטיפול ההוליסטית לנשים, ערכה סקירה אודות גיל

המעבר, מהגדרות ותפוסות ההיסטוריות ועד להשפעה הטרנספורמטיבית של מחקר ה-WHI (והמיתוג הבעייתי בעקבותיו).

בשל פניות רבות, מצורף לינק להקלטת ההרצאה

לצפייה לחצו כאן

סדרת נטפליקס



אותה דיאטה, תוצאות שונות: פרופ' ערן סגל מופיע בסרט התיעוד החדש של נטפליקס



רוצים ללמוד על ההשפעה העמוקה של הרכב המיקרוביום על מצבנו הבריאותי? בימים אלו מוצג סרט חדש בנטפליקס בשם 'תחושת בטן, המדע הסודי של האכילה'. בסרט תיעודי זה מופיע מייסד פרויקט 10k, פרופ' ערן סגל, יחד עם מדענים אחרים הדנים בקשר הקריטי בין תזונה, בריאות והרכב חיידקי המעי.

לצפייה בראיון המלא בראיון של פרופ' סגל ופרופ' אלינב ממכון ויצמן ב-Ynet לחצו על הלינק <<

<https://www.ynet.co.il/health/article/s1mnwqa110#autoplay>



מעוניינים לשאול אותנו שאלות נוספות? כתבו לנו בדף הפייסבוק שלנו



לחצו על הלוגו לכניסה לעמוד הפייסבוק שלנו!

פרויקט 10K

אילן רמון 2, פארק המדע, נס ציונה

[Unsubscribe - Unsubscribe Preferences](#)