

הקורס לדימוי גוף חיובי

לקבל ולאהוב את עצמך

זה הקורס שייתן לך כלים מעשיים וילמד אותך להרגיש טוב עם מי שאת. בהנחיית פאולה רוזנברג - מגישת טלוויזיה, חוקרת תרבות מטפלת רב-תחומית לתזונה טבעית, מיינדפולנס ודימוי גוף בריא



מעניין אותך? השאיר פרטים ונדבר בקרוב

לחצי כאן

אימייל

טלפון

שם מלא



כשדימוי הגוף שלך לא מאוזן - הכל יוצא מאיזון אלו המחשבות שמטרידות רבות מאיתנו:

- 1 "למה היא הרבה יותר רזה ממני?"
- 2 "אני בחיים לא אצליח להיראות טוב עם ג'ינס MOM"
- 3 "אני מקווה שהשריטות שלי לא יעברו לבת שלי"
- 4 "הזרועות שלי שמנות, שום חולצה לא יושבת עלי כמו שצריך"
- 5 "אני נראית זוועה! בחיים לא אוכל ללבוש בגדי-ים"
- 6 "השיער שלי מכוער, אני חייבת לעשות איתו משהו"
- 7 **אם לפחות אחת מהמחשבות האלו מטרידה אותך- אני מזמינה אותך לשנות את חיך.**

היי, אני פאולה רוזנברג.

דימוי גוף משפיע על כל היבט בחיים: על מצב הרוח, מידת ההצלחה בעבודה, היכולת לפתח מערכת יחסים זוגית מאוזנת, הבריאות הנפשית והפיזית. אני מאמינה שכל אחת, בכל גיל ומכל רקע, יכולה לרכוש כלים פרקטיים, מוכחים מחקרית, לשיפור דימוי הגוף שלה. כן, גם את.

בואי נעשה את זה יחד. נלמד לפתח חוסן מול המסרים המורכבים של התקשורת ושל הרשתות החברתיות; נכיר אסטרטגיות שיאפשרו לך ליצור שיחה מיטיבה ומעצימה עם הילדים, עם בן הזוג, עם התלמידים או המטופלים (הקורס מיועד גם לאנשי מקצוע); ונכיר דרך נכונה ופשוטה ליצור שיח בריא עם הבנות שלנו, כדי שתגדלנה להיות נשים בטוחות בעצמן, שלא מתפרקות אם מישו מעיר להן לבי איך שהן נראות.



מה כולל הקורס?

אני רוצה לקחת אותך איתי למסלול שמתחיל בפיתוח קשר של כבוד והערכה למזון, לגוף ולעצמך



חיבור לנשים כמון
השיתופים והחוויית של המשתתפות הם חלק מהקסם



אורחים מרתקים
נפגוש אנשי טיפול ורופאים, דוגמניות, עיתונאיות, חוקרות ועוד



חברת הקורס
סיכום של כל החומר, התרגולים והמידע המרתק



קבוצת פייסבוק סגורה
מרחב בטוח לשיתוף, תכני העשרה והקלטות השיעורים



8 מפגשים חיים בזום
מ-20/6, בימי א' בשעה 20:30 משך כל מפגש כשעתיים

מרגישה שזה בשבילך? השאיר פרטים ואחזור אלייך

לחצי כאן

אימייל

טלפון

שם מלא

סילבוס הקורס

ללמוד בשמונה שיעורים איך לקבל את מה שיש מתוך חמלה ומודעות, מבלי להרעבי, להתעלל ולהתיש את הגוף. זו הדרך לפתח אהבה לדמות שנשקפת אלייך מהמראה



מחיר מיוחד בהרשמה מוקדמת!

1,990 ש"ח 2,590

רוצה לשמוע עוד?

בואי נדבר

המבצע בתוקף עד סוף מאי*



המלצות

שינית לי את החיים
"זה קורס מחזק מאוד. משנה חיים הוא גרם לי לאהוב את עצמי אפילו יותר מגיע לי אני כל כך שווה את זה."

ליה גולן
עובדת בספרייה לחינוך באוניברסיטת בר אילן
קורס נובמבר 2020

מדהים!
"הקורס והשיח בו תרמו לי לחוש טוב יותר עם עצמי ולהיות סלחנית לגבי המקומות שאני פחות מרצה מהם."

שרון אלמקייס
קוסטה ריקה
קורס ספטמבר 2020

תודה על הכל!
"קורס מרתק שהוביל אותי לחשיבה מעמיקה על דפוסי ההתנהגות שלי והסכיבה בה אני חיה, זו הייתה חוויה מלמדת ומעצימה."

טלי סרגא
אחות ומחנכת למיניות בריאה
קורס ספטמבר 2020

מרגישה שזה בשבילך? השאיר פרטים ואחזור אלייך

לחצי כאן

אימייל

טלפון

שם מלא



מן התקשורת

התקשורת היא אחד הסיבות העיקריות להיווצרות דימוי גוף שלילי בשנים האחרונות, מזוגמנות דקיקות להיווצרות דימוי גוף שלילי באינסטגרם. החדשות הטובות הן שמתחיל להיווצר שינוי בשיח הציבורי וביחס החברה כלפי הגוף שלנו. אני גאה להוביל את מהפכת דימוי הגוף החיובי ומזמינה אותך להצטרף אלי.

בואי נדבר

אני כאן בשבילך, זמינה לכל שאלה

שם

מייל

נושא

תוכן ההודעה

שלחי

ובנימה אישית, אני מאמינה שכול אחת חייבת לעצמה את המסע הזה. הצטרפי ותבניי בדיוק את מה שאת רוצה לעצמך. מחכה לך בזרועות פתוחות, בסקרנות ובהתלהבות.



מיל: 054-5420175
info@paulanatural.co.il