

***סדנת מתנת הגיל – הכנה לתקופת החיים החדשה***

***התוכנית המוצעת היא פרי שיתוף פעולה של מעברים גליל מערבי ועמותת הוותיק מטה אשר.***

***סדנה זו תעניק ידע, כלים, ותמיכה רגשית, תוך הבנת תהליכים הנחוצים בגיל התבונה, לשמירה מיטבית על הבריאות הנפשית, המחשבתית, הרגשית, והפיזית.***

***במהלך התוכנית תלמדו טכניקות התומכות במימוש איכויות המוח, ותורמות באופן משמעותי ליכולת ביטוי עצמי להרחבת הקשרים החברתיים, העצמת האנרגיה ויצירת משמעות ותשוקה לחיים.***

***ההכנה משלבת בתוכה מגוון נושאים נוספים שמסייעים להתארגנות לקראת פרישה מיטבית לתקופת החיים החדשה, כמו מהו גיל התבונה ומה מתנת הגיל ? מה התנהלות כלכלית נבונה ואחראית לתקופת חיים זו ולעתיד ? אילו היבטים משפטיים חדשים ורלוונטיים לתקופה זו ? איך שומרים על הבריאות, על המוח, על תזונה ואורח חיים בריא ? מה צריך לדעת על ביטוחים פנסיוניים ? את כל זאת נלמד ועוד בסדנה שלנו, מוזמנים!***

***המפגשים יתקיימו במרכז אשרנו ( שבמתחם BIG רגבה קומה שניה***

* ***כל יום חמישי בין השעות 12:30 – 09:30***
* ***תאריך פתיחה 05.06.2025– בכיתת הדס.***
* ***לפרטים והרשמה***

***נייד 050-6230723 כתובת אימייל: amiv@mwg.org.il***

***מערכת שעורים משתלבים בהצלחה***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***מפגש*** | ***תאריך מפגש*** | ***תוכן המפגש*** | ***מנחה*** |
| ***1*** | ***יום חמישי***  ***05.06.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***" מתנת הגיל " – מיצוי חלון הזדמנויות קוגניטיבי, רגשי וחברתי להתפתחות בתקופת החיים החדשה.*** | ***אריאל ורד*** |
| ***2*** | ***יום חמישי***  ***12.06.2025***  ***19:00 – 16:00*** | ***" מתנת הגיל " – התפתחות קוגניטיבית – מימוש איכויות המוח המבוגר*** | ***אריאל ורד*** |
| ***3*** | ***יום חמישי***  ***19.06.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***ביטוחים וייעוץ פנסיוני.*** | ***פדר איריס***  ***יועצת פנסיונית*** |
| ***4*** | ***יום חמישי***  ***26.06.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***היבטים משפטיים, ייפוי כח מתמשך – צוואות.*** | ***עו"ד קרן גרינוולד*** |
| ***5*** | ***יום חמישי***  ***03.07.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***תכנון פיננסי***  ***בדיקת מצב כלכלי*** | ***ויטלי לוטינסקי***  ***אביטן לירן*** |

******

******תמונה שמכילה גופן, לוגו, עיצוב

התיאור נוצר באופן אוטומטיתמונה שמכילה טקסט, גופן, לוגו, גרפיקה

התיאור נוצר באופן אוטומטי

***המשך:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***מפגש*** | ***תאריך מפגש*** | ***תוכן המפגש*** | ***מנחה*** |
| ***6*** | ***יום חמישי***  ***10.07.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***מיצוי זכויות (ביטוח לאומי וארגונים נוספים)*** | ***רוחלה מורן*** |
| ***7*** | ***יום חמישי***  ***17.07.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***התנהלות כלכלית מותאמת לקראת תקופת החיים החדשה*** | ***רוחלה מורן*** |
| ***8*** | ***יום חמישי***  ***24.07.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***תזונה ואורח חיים בריא***  ***(סדנה פעילה)*** | ***הררי שני*** |
| ***9*** | ***יום חמישי***  ***31.07.2025***  ***12:30 – 09:30*** | ***יזמות***  ***התנדבות***  ***תעסוקה***  ***מרכז הכוון*** | ***אדמוני סיון***  ***ג'יין צנקוס***  ***וקנין עמי*** |

תמונה שמכילה טקסט, לוגו, גופן, סמל

התיאור נוצר באופן אוטומטיתמונה שמכילה גרפיקה, עיצוב גרפי, ירוק, צילום מסך

התיאור נוצר באופן אוטומטי

***מאחל למידה והנאה.***

******