



יוגה תרפיה לילדים

מרצה : יאמינה סלומון

מידעון:

מתוך שנים של עבודה עם ילדים והורים המתמודדים עם כאב פיזי ומצבים רפואיים, עומס רגשי, חרדה, התמודדות חברתית ואתגרים מנטליים – נולדה השליחות: להנגיש כלים פרקטיים של יוגה תרפיה לכל ילד, לכל הורה, ולכל אשת מקצוע הנמצאת בקו הראשון של הטיפול.

במיוחד עבור אחיות, הנמצאות יום-יום עם ילדים והוריהם, הותאם הקורס כך שיאפשר:

- להוסיף כלים מהנים, קלים ופרקטיים לארגז הכלים הטיפולי
- לקבל שפה משותפת של גוף-נפש-תודעה
- ללמוד תרגולים שמותאמים למציאות המחלקה
- להעניק לילד ולהוריו תמיכה נוספת, רכה ומקצועית

הקורס משלב בין מספר יסודות מרכזיים:

- עבודה דיאדיט – הורה-ילד / אחות-ילד
- מודל מפת סטוריה – טיהור, חיזוק ויצירה
- יוגה תרפיה לילדים להתמודדות רגשית, גופנית, חברתית ומנטלית
- נשימות מותאמות למצבי מתח, חרדה וכאב
- דמיון מודרך, הקשבה לגוף וקואורדינציה עצמית
- תרגולים מתוך בהריגו יוגה: תנועות עדינות, פתיחת מפרקים, מודרות, עבודה עם צליל, מנטרות, הרפיה, מדיטציה ונשימה.
- שיעור אורח של ד"ר ג'יאנט קומר בהדורי, יו"ר קרן בהריגו יוגה בהרמה צ'ינטה פראנלי, מוורנאסי, הודו

ימים ושעות הקורס:

תחילת הקורס 14/4/26 בין השעות 18:45-15:30, באולם 3, מכללת רמב"ם – ידע (מצ"ב תכנית הקורס).

דרכי ההוראה:

10 מפגשים עיוניים + תרגול

היקף הקורס:

40 שעות אקדמיות

קהל יעד:

אחיות מוסמכות.

גמול השתלמות:

תכנית הקורס הוגשה לקבלת אישור לגמול השתלמות. בסיום הקורס התוכנית תוגש למינהל הסיעוד לאישור.

עלות הקורס:

850 ₪ (אפשרות לתשלומים).

דרישות הקורס:

חובת נוכחות בכל שעות הלימוד בקורס. נוכחות חובה של 100% משעות הלימוד בקורס, היעדרויות של עד 20% בשל כוח עליון בצירוף אישורים מגורם מוסמך. למסיימים תוענק תעודה.

פתיחת קורס מותנית במינימום משתתפים





יוגה תרפיה לילדים

מרצה : יאמינה סלומון

תוכנית הקורס:

שעות אקדמיות	נושא	שעה	תאריך	יום	
4 שעות	יסודות יוגה תרפיה דיאדית, מפת סטוריה ומבוא לבהריגו יוגה נשימה, תנטעה, מודרות, מנטרות תהליך מפת סטוריה.	15:30-18:45	14/4/26	ד'	1.
4 שעות	הקשבה לגוף – תודעה וגוף כמפה רגשית זיהוי מתחים, תנועות ניקוי, סריקה רגשית דיאדית.	15:30-18:45	28/4/26	ד'	2.
4 שעות	נשימות מותאמות להתמודדות נשימות לחרדה, כעס ופחד, הרחבת נשימה ובניית ערכת נשימות משפחתית.	15:30-18:45	5/5/26	ד'	3.
4 שעות	חיזוק קשר וחובה דיאדית גב-אל-גב פנים מול פנים, יד ביד, תרגילי אמון, תנועה בצמד ושימוש בצליל מרגיע.	15:30-18:45	12/5/26	ד'	4.
4 שעות	רגשות בגוף – טיהור הלב ביטוי רגשי דרך תנועה, מודרות רגשיות, תרגילי הלב של בהריגו יוגה ופילוסופיה.	15:30-18:45	19/5/26	ד'	5.
4 שעות	מפת סטוריה: כוונה, חוסן ויצירת כיוון חדש טיהור-חיזוק-יצירה, תנוחות כוח, דמיון מודרך ובניית מפת סטוריה דיאדית.	15:30-18:45	26/5/26	ד'	6.
4 שעות	התמודדות עם כאב פיזי ונפשי תנועות ניקוי לעמוד השדרה, נשימות להפחתת כאב ופרוטוקול להרגעה.	15:30-18:45	2/6/26	ד'	7.
4 שעות	קשיים חברתיים ומנטליים יוגה לחיזוק ערך עצמי, נשימות לגבולות אישיים ותנועות לחיזוק ביטחון.	15:30-18:45	9/6/26	ד'	8.
4 שעות	יצירת סיפור חדש – תהליך שינוי פנימי סיפור יוגה אישי, דמיון מודרך לשינוי דפוסי חשיבה ומודרות לחיזוק עצמי.	15:30-18:45	16/6/26	ד'	9.
4 שעות	שיעור דיאדי תרגול משולב של טיהור-חיזוק-יצירה, סיכומי תהליך ויצירת ערכת כלים אישית.	15:30-18:45	23/6/26	ד'	10.
40 שעות	סה"כ				

יתכנו שינויים בתוכנית הקורס.





יוגה תרפיה לילדים

טופס הרשמה

אנא מלא את הפרטים הבאים:

שם ושם משפחה								ת.ז			
השכלה				תפקיד		סקטור		מקום עבודה			
טלפון נייד				טלפון בעבודה		טלפון בבית					
כתובת דואר אלקטרוני								@			
כתובת:											

עלות הקורס:

850 ₪ . אמצעי תשלום: אשראי, מזומן.

יש להסדיר את התשלום לפני תחילת הקורס.

שיעור החיוב הכספי במקרה של ביטול/הפסקת לימודים
מהשיעור הראשון ואילך – חיוב מלא

לתשומת ליבכם : נוכחות חובה של 100% משעות הלימוד בקורס, היעדרויות של עד 20% בשל כוח עליון בצירוף אישורים מגורם מוסמך.

חתימה: _____

תאריך: _____

