



קצרים  
בחינם

תכנון  
פרישה

קורסים

הנדסאים/טכנאים

תואר  
ראשון ושני



# סודות החיים הבריאים על פי גישת הרמב"ם - מרחב פתח תקווה (ראש העין)

שכר לימוד **החל מ - 200 ש"ח**



זמני לימוד  
לימודי בוקר



מועד פתיחה וסיום  
10/02/2026 - 13/01/2026



מספר שעות לימוד  
15 שעות



מוסד לימודים  
ליהי בן דוד - וולנס לייף אקדמי - מרחב פתח תקווה



X עשרות חטופים על ידי החמאס

**767:04:10:16**

שניות דקות שעות ימים

**ענשיו**

[דף הבית](#) < [קורסים](#) < סודות החיים הבריאים על פי גישת הרמב"ם - מרחב פתח תקווה (ראש העין)

עקרונות הבריאות ההוליסטית של הרמב"ם וכיצד ניתן ליישם עידן המודרני.

**אודות הקורס**



פרטיות - תנאים

\*2383

המשתתפים יקבלו כלים פרקטיים לשיפור הבריאות הפיזית והנפשית, ירידה במשקל, חיזוק מערכת החיסון והעלאת החיוניות – תוך הסתכלות על האדם כמכלול גוף-נפש, עם דגש על הרגלים פשוטים המשפיעים על איכות החיים.

## נושאי לימוד

האדם כמכלול – הרמב"ם כבסיס לשינוי אמיתי  
 ההורמונים שלנו – השלט הרחוק של הגוף  
 הרגלי אכילה מאזנים – חיבור לגוף במקום שליטה  
 חוסן נפשי, סטרס ואכילה רגשית  
 התזונה כדלק לגוף – מזון, אנרגיה ומטבח תומך בריאות

## קהל יעד

כלל חברי ההסתדרות.

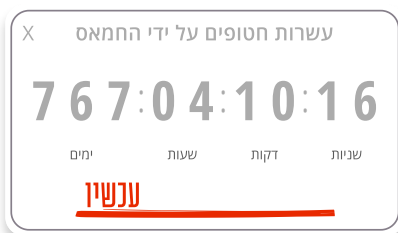
## מתכונות הקורס

5 מפגשים בני 3 שעות.

## הקורס מתבצע באמצעות ליהי בן דוד

ליהי בן דוד – מרצה ומנחת סדנאות לאורח חיים בריא ואיזון גוף-נפש עפ"י גישת הרמב"ם  
 מייסדת אקדמיית Wellness Life Academy.

## לפרטים ונרשמה



\*2383

# להרשמה לחצ'י על הכפתור בדיקת זכאות ורישום או לפנות למוקד ההשכלה של ההסתדרות בטלפון: \*2383 שלוחה 5.

**בדיקת זכאות ורישום**

ימי לימוד  
ימי שלישי  
10:00-13:00

כתובת  
שבזי 26 ראש העין

יצירת קשר  
ליהי בן דוד - וולנס לייף אקדמי -  
מרחב פתח תקווה  
03-6921100  
[אתר אינטרנט](#)



© 2025 כל הזכויות שמורות להסתדרות החדשה. ארלוזרוב 93, תל אביב - יפו [לומדים ומתקדמים - תקנון אתר ותקנון פעילות](#)

X עשרות חטופים על ידי החמאס

**7 6 7:04:10:16**

שניות דקות שעות ימים

**ענשיון**

\*2383