

## קורס לומדים להרגע שיעור 10

דף עבודה: מה יעזור למה?

הערות	כלים מתאימים	גורם הסטרס



ד"ר דליה רזניצקי מדענית. מנחה ומרצה

**אימון התודעה**

כלים לחיים שמחים ובריאים יותר

