

***** תוכנית הפעילויות של בית מעגן לחודש נובמבר 2025 *****

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי
2	3	4	5	6
8:50-9:50 טאי צ'י 9:00-11:00 קרמיקה 10:15-11:15 יוגה 12:30-14:30 פסיפס 14:00-15:00 ריקודי בטן	9:00-11:00 קרמיקה 9:30-10:45 יוגה רגישה לטראומה 11:00-13:00 ברידג' 11:00-13:00 ציור	9:00-10:00 מדיטציה (זום) 9:00-11:00 פיסול בנייר 10:15-11:00 פלדנקרייז 11:10-12:00 פילאטיס	16:00-18:00 סדנת ביבליותרפיה 16:30-18:00 יוגה ותנועה	9:00-9:45 אימון כושר גופני 9:30-11:00 טיפול באומנות
9	10	11	12	13
8:50-9:50 טאי צ'י 9:00-11:00 קרמיקה 10:15-11:15 יוגה 12:30-14:30 פסיפס 14:00-15:00 ריקודי בטן	9:00-11:00 קרמיקה 9:30-10:45 יוגה רגישה לטראומה 11:00-13:00 ברידג' 11:00-13:00 ציור 17:30-19:30 שלובות	9:00-10:00 מדיטציה (זום) 9:00-11:00 פיסול בנייר 10:15-11:00 פלדנקרייז 11:10-12:00 פילאטיס	16:00-18:00 סדנת ביבליותרפיה 16:30-18:00 יוגה ותנועה	9:00-9:45 אימון כושר גופני 9:30-11:00 טיפול באומנות
16	17	18	19	20
8:50-9:50 טאי צ'י 9:00-11:00 קרמיקה 10:15-11:15 יוגה 12:30-14:30 פסיפס 14:00-15:00 ריקודי בטן	9:00-11:00 קרמיקה 9:30-10:45 יוגה רגישה לטראומה 11:00-13:00 ברידג' 11:00-13:00 ציור 17:30-19:30 שלובות	9:00-10:00 מדיטציה (זום) 9:00-11:00 פיסול בנייר 10:15-11:00 פלדנקרייז 11:10-12:00 פילאטיס	16:00-18:00 סדנת ביבליותרפיה 16:30-18:00 יוגה ותנועה	9:00-9:45 אימון כושר גופני 9:30-11:00 טיפול באומנות
23	24	25	26	27
8:50-9:50 טאי צ'י 9:00-11:00 קרמיקה 10:15-11:15 יוגה 12:30-14:30 פסיפס 14:00-15:00 ריקודי בטן	9:00-11:00 קרמיקה 9:30-10:45 יוגה רגישה לטראומה 11:00-13:00 ברידג' 11:00-13:00 ציור 17:30-19:30 שלובות	9:00-10:00 מדיטציה (זום) 9:00-11:00 פיסול בנייר 10:15-11:00 פלדנקרייז 11:10-12:00 פילאטיס	16:00-18:00 סדנת ביבליותרפיה 16:30-18:00 יוגה ותנועה	9:00-9:45 אימון כושר גופני 9:30-11:00 טיפול באומנות
30				
8:50-9:50 טאי צ'י 9:00-11:00 קרמיקה 10:15-11:15 יוגה 12:30-14:30 פסיפס 14:00-15:00 ריקודי בטן	 בית אידי-מעגן מרכז תמיכה דהלי סרטון ורכי תשפחותיהם בית אידי-מעגן הר בקע 13, שכונת רמות 08-6490802			

***החוגים מיועדים למטופלים, בני משפחה רשאים להירשם לחוגים על בסיס מקום פנוי בלבד.**