

שלמא בשבילי | 12–13 בפברואר 2027

ריטריט התפתחות אישית | מלון דניאל, הרצליה | תכנית הסופ"ש

יומיים של חוויה, ידע והנאה – זמן לעצור את השגרה ולהיות באמת עם עצמנו.

יום שישי | 12.2.27

שעה	פעילות מרכזית	מתחם נוירופידבק
10:00-11:00	**קבלת פנים** מינגלינג + כיבוד קל + חלוקת ערכת סדנא והרשמה	
11:00-12:00	**פתיחת הסמינר-** אילנה וזהבית הכרות עם שיטת שלמא, עם נוירופידבק ועם 8 העקרונות לחיים מאושרים	
12:00-13:00	**ד"ר ליאת יקיר** המח הגברי והמח הנשי	מתחם נוירו-פידבק פתוח
13:00-14:00	**ארוחת צהרים**	
14:00-15:00	**"אומנות האהבה"-** סדנה מרגשת ומעשית על אהבה כבחירה, כתרגול וכמיומנות שנבנית בצעדים קטנים. בהשראת אריך פורום	
15:00-17:00	**קבלת חדרים- וזמן חופשי** מתחם בריכה וספא פתוח	מתחם נוירו-פידבק פתוח
17:00-18:00	**המסע שלי לשינוי** – סדנת התפתחות אישית ומפת החיים	
18:00-19:00	**קבלת שבת**	
19:00-20:30	**ארוחת ערב**	מתחם נוירו-פידבק פתוח
20:30-21:30	סדנת שזירת פרחים	
21:30-22:30	**זוג בהתלהבות- דוקטור התלהבות ורותי ליבנת בערב זוגי חסר מעצורים** **מופע סטנד-אפ אינטראקטיבי, המשלב מוזיקה, הומור ותובנות על החיים.** כולל בר פתוח וכיבוד קל	מתחם נוירו-פידבק פתוח

יום שבת | 13.2.27

שעה	פעילות מרכזית	מתחם נוירופידבק
08:00-10:00	**ארוחת בוקר**	מתחם נוירו-פידבק פתוח
10:00-11:30	**האמונות שמנהלות אותנו** – לזהות דפוסים ולפתוח אפשרויות חדשות	
11:30-12:30	**זמן חופשי-** מתחם בריכה וספא פתוח	מתחם נוירו-פידבק פתוח
12:30-13:30	**ארוחת צהרים**	
13:30-14:30	**חוכמת הלב** – אהבה כמצפן לחיים ותוכנית ל־30 יום של אהבה לעצמנו ולאחרים	
14:30-15:30	**מסיבת אוזניות**	
15:30-16:15	**תמונת העתיד שלי** – סדנת חלום ויצירת לוח חזון אישי	
16:15-17:00	**מפגש סיכום ופרידה**	
17:00-18:00	**התארגנות ועזיבת חדרים**	מתחם נוירו-פידבק פתוח

*מתחם נוירופידבק – בהרשמה מראש
ייתכנו שינויים בתוכנית ובסדר הפעילויות.



מחכים לכם לחוויה שתישאר איתכם גם הרבה אחרי שחוזרים הביתה.

שלמא