

אתן מוזמנות לקבוצה בזום:

“מסעות נשים, אריג של קשרים”

קבוצת צמיחה לנשים בשנות החמישים והשישים לחייהן

תכנית משותפת עם “מרכז יעוץ לאשה” - www.ccw.org.il - בשנת 2021-2022



בהגיען למחצית השנייה של חייהן, הרבה נשים נאלצות להתמודד עם שינויים והחלטות חדשות. חלקן עברו קשיים בתקופת הקורונה. חלקן נכנסו בזמני הסגר לתהליך של התבוננות פנימית. רבות מספרות על כמיהה לקשר עמוק עם נשים אחרות החוות שלב זה בחייהן.

לפניכן הזדמנות להרהר, לחלוק ולהתעצם בעזרת תהליך קבוצתי וביטוי אישי.

הקבוצה תעסוק בנושאים כגון:

- מקורות של משמעות ויצירתיות באמצע החיים ואילך
- התמודדות עם פחדים, התחברות למקורות החוזק הפנימי
- אתגרים חדשים בתחום העבודה או בגמלאות
- שינויים פיזיים ורגשיים בתקופה שלאחר גיל המעבר
- התמודדות עם תהליכי ההזדקנות בחברה המקדשת את הנעורים
- שינויים ביחסים משפחתיים; אינטימיות, אובדן, התחלות חדשות
- נושאים אישיים שיועלו על-ידי חברות הקבוצה

אפשר לשמוע ראיון ברדיו על הקבוצות [כאן](#) באנגלית (6 דקות).

נקיים 10 מפגשי זום, בימי שני בין השעות 21:00-18:30, פעם בשבועיים.
*נשים בגיל 70 ומעלה, מוזמנות לפנות לגבי קבוצה אפשרית בעתיד.

לפרטים נא לכתוב ל- הילרי מילגרום, MSW, תרפיסטית ומנחת קבוצות.
hilarymi@gmail.com (ווטסאפ) 050-7734862