לביאה
הכנס לבריאות והעצמה
בגיל המעבר | 2027

ברוכה הבאה לכנס "לביאה"

חוויה שלמה, הוליסטית ומחברת ששמה אותך במרכז

מיטב הרופאים ואנשי הטיפול עם התשובות והכלים הכי מדויקים
חיבור שילוב בין גוף, נפש, תנועה ואורח חיים בריא

תוכניית הכנס ולוח זמנים

09:15-08:30	**קבלת פנים והתכנסות** עמדת קפה ומאפה בלובי
09:45-09:15	**"לא עוצרת במעבר": המדריך הפיזיולוגי לפעילות גופנית** ד"ר דנה אדלר פורטל
10:15-09:45	**"לרדת לשורש המשקל": האמת המדעית על המשקל והרכב הגוף בגיל המעבר** - ד"ר יאיר להב
10:45-10:15	**"גיל המעבר אינו רק גיל": מה קורה לנו בתקופה של הפסקת המחזור והאם יש צורך או טעם להתערב בכך** - ד"ר רחל אדטו
11:30-10:45	**הפסקת אוכל וכיבוד עשיר, נטוורקינג וביקור בדוכנים**
12:00-11:30	**"גיל המעבר עובר גם דרך הפה": מה שחשוב לדעת על החניכיים שלך עכשיו ובכלל** - ד"ר ענת תדיר
12:30-12:00	**"הגוף משתנה, הזכות לעונג נשארת" - על מיניות, תשוקה ואינטימיות בכל גיל** - הסקסולוגית גילה ברונר
13:00-12:30	**מופע סטנדאפ לסיכום** טלי ורד קפלן

לצד התכנים יפעל מתחם נותני חסות, עם דוכנים, התנסויות ופעילויות למשתתפות

את תעברי את התקופה הזו כמו לביאה!

המשכן למוסיקה ואמנויות, רעננה
יום שישי, 22.1.27
13:00-08:30
לפרטים נוספים:
שלומי | 050-4344648