

15/06/2025

עבור: גליה בן חיים, רפואת יער

הנדון: עמותת זה בנפשי – סדנת זוגות

גליה יקרה,

לפני שבוע הגיעו 15 זוגות הורים של עמותת זה בנפשי, התומכת בילדים ובני נוער מתמודדי נפש, לסדנת יער מעצימה ומרפאה אצלכם.

במהלך המפגש זכינו לחוות ביחד פעילות מרגשת ומחברת של מגוון תחנות שהפעילו את חמשת החושים, ונתנו מקום למה שבדרך כלל נדחק לשוליים: שיחה רגועה, מבט בעיניים, מגע פשוט. נשימה.

פעילות שאפשרה לכל אחד מהזוגות לפגוש את עצמו מחדש: מילים שנשמעו כמו התחלה חדשה, חיוכים שקטים אחרי הליכה איטית בין העצים ובעיקר הבנה של כולם, כמה זה היה חסר...

התגובות של ההורים מהחוויה היו:

"זה הרגיש כאילו אנחנו כותבים שוב נדרים זה לזו"

"הרגשתי שסיימתי אחרת ממה שהתחלתי – משהו ברוגע הפנימי שלי וגם של בן הזוג"

תודה רבה על הפעילות החשובה תוך סיוע בהפחתת הסטרס וחיבור למקורות הכוח.

בברכה,

עירית גלוסקינוס ברקן
מנכ"לית זה בנפשי

