

חודש האישה הבינלאומי

חודש האישה הבינלאומי השנה, יהיה באופן חסר תקדים, עם מגוון



חזקות מאי פעם

אירועי חודש האישה הבינלאומי בכפר-סבא גדול יותר, עוצמתי הרבה יותר!

רחב של אירועים לאורך כל החודש, בסימן "נשים תופסות את מרכז הבמה"

קבוצת טריאתלון נשים כפר-סבא

ימי א' | 20:00 | ימי ד' | 19:00 | מסלול אתלטיקה בית ספר כצנלסון, רח' אשר ברש

בדרך לקו הזינוק תוכלי לשובור את כל תקרות הזכויות שמעליך. מתאים לכל גיל, משקל וכושר. אימוני ריצה, שחייה ורכיבה.

לפרטים נוספים והרשמה ניתן לפנות: נעמי ויינשטוק - 050-7867363, רוני פילבסקי - 052-2598175.



מועדון עסקים

מועדון נשות העסקים של מועצת נשים נפגשות למינגלינג והרצאות בתחומים שונים הנוגעים לעולם העסקים הקטנים.

שאלות - שאלות - שאלות

יום ה' | 28.3 | 19:30 | ב"בית רייזל", גאולה 12.



בהנחיית הדס וילף - מאמנת אישית ועסקית. האם באמת מכירים אותך? ואת העסק שלך?

נעבוד בקבוצות קטנות להכרות מעמיקה, חיזוק ודיקו המסר שלך

לרישום ניתן לפנות להדס וילף:

hadaswilf@gmail.com

"שלישי נשי"

פרייקט שמטרתו קידום עסקים קטנים של חברות מועדון העסקים בעיר. במסגרת שיתוף פעולה עם קניון ערים מתקיימת בקניון אחת לחודש בימי שלישי הרצאה

אוהת מעבירה חברת המועדון. ההרצאות פתוחות לקהל הרחב ללא עלות בהרשמה מראש בטלפון: 09-7649381.

מראה מראה שעל הקיר: דימוי גוף בעידן האינטסטרם

יום ג' | 26.3.19 | 20:00 | קניון ערים - קפה אוגוסט

מרצה: רון ליבנה, M.B.A, B.Sc, חוקרת-גוף.

"החממה לנשים שכירות ומנהלות"

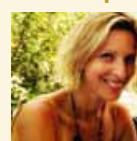
החממה לשכירות הוא פרויקט של מועצת נשים כפר סבא ומיועד לכל הנשים המנהלות והשכירות המתגוררות בעיר כפר סבא. קהילה שבה תוכלנה להתייעץ,

לקבל מידע, לעודד, לשתף ולסייע בהתמודדות עם נושאים החשובים לנשים שכירות, במרחב בטוח מגובש ומפרץ.

יום ב' | 25.3 | 19:30 | מרכז Sarona Space | רפפורט 3, קניון

כפר-סבא הירוקה

הרצאה: "מחונרת - סיפור אישי על נטוורקינג חברותי"



במפגש נארח את דקלה גולדשטיין מלמד, שבשנתיים האחרונות מנהלת באבהא את המיזם החברתי 'החברים של דקלה'.

לפרטים והרשמה: פייסבוק: החממה לשכירות ומנהלות בכפר סבא, או, באתר העירייה:

https://www.kfar-saba.muni.il/

"רצות להצלחה" - קבוצת הכנה למרוץ כפר-סבא

גם את יכולה לרוץ רחוק !!! ימים א' ג' | 20:00-21:00 | ניפגש בפארק כפר-סבא (ליד בית הקפה)

הכנה למקצה 10 ק"מ ולמקצה ההליכה 7.5 ק"מ. הכנה פיזית ומנטלית לריצה. בהדרכת מדריכת מוסמכת.

אירוע יום האישה הבינלאומי 2019 בסימן "נשים תופסות את מרכז הבמה"

יום ב' | 11.3 | 20:00 | באודיטוריום ספיר כפר-סבא



- בתכנית:
- ברכות
- ראש העיר, רפי סער
- יור מועצת נשים, עו"ד עדי לוי סקופ
- מופע "וונדר וומן האמיתית" יעל בקר
- יצרת ורקדנית
- מופע סטנד אפ מרכזי, ליטל שוורץ

בהובלת אגף התרבות שישיתרבות

יום ו' | 8.3 | 11:00 | באודיטוריום

פאנל מיוחד לכבוד יום האישה בו ייקחו חלק: ח"כ מרב בן ארי, ח"כ רויטל סיד ורדיר מלוח האישה הראשונה מהעדה

הדרוזית, מטעם מפלגת "כחול לבן".

בית לנשים בחופשת לידה

בואי לכלות אתנו יחד את "תקופת ההורות", להכיר נשים נוספות בחופשת לידה וליהנות ממגוון הרצאות בכל יום ראשון בין השעות 12:30 - 09:30 ללא צורך

בהרשמה מוקדמת בעלות סמלית של 20 ש"ח (תשלום במזומן). יום א' | 09:30 - קפה ונשנוש | 10:00 - הרצאה בית מועצת נשים, רח' המייסדים 31.

יום א' 3.3 - "אמא בולג" באינטסטרם - מרצה: טלי אהרון - בלוגרית, מארגנת אירועים ומרצה לשיווק וכתביבה ברשת החברתית.

יום א' 10.3 - "הורות מנקודת מבט זוגית" - מרצה: מאיה סופר - מנחת הורים בגישה האינטואיטיבית.

יום א' 17.3 - "טיפולי פוריות, אימהות ומה שביניהם" - מרצה: אדוה אלום - מאמנת נשים, אימהות ואימהות לעתיד בששת 4זמןאמא.

יום א' 24.3 - "חיזוק חיובי - שיקום רצפת האגן לאחר לידה" - מרצה: מיקה לור-וויץ - פיזיותרפיסטית עם התמחות ברצפת האגן.

יום א' 31.3 - "הרגלים וטיפים בדרך לשניה טובה ורציפה" - מרצה: מאיה פולק - יועצת שנה ומדריכת הורים בגישת אדלר.

אין צורך בהרשמה מראש - התשלום במקום במזומן בלבד. עוד פרטים בדף הפייסבוק שלנו "בית לנשים בחופשת לידה - כפר סבא".



הפרויקט הסודי

"נשים תופסות את מרכז הבמה"

מיקום? | מועד? |

יש למה לחכות!



יום הנערה

בשיתוף הנעור העובד והלומד, אגף נעור וצעירים, אגף החינוך ובהובלת מועצת נשים פעילות כיתות ח'-כ' במסגרת חודש האישה בעיר של מעגלי שיה, סדנאות לבחירה,

פיצוץ, תערוכה, מופע סטנד אפ וקטקס מרגש. יום א' | 17.3 | 08:30-15:00 | בקן הישן - רחוב גלר 25 | עלות 20 ש"ח

לפרטים: מאיה 054-6377263, ניג 054-94132202, או באתר העירוני.



* ייחבנו שיתיים יש להתעדכן באתר או במוקד העירוני