

קטלוג

הרצאות וסדנאות

בית הצ'י הבריא של נטלי ברין



נטלי ברין

חיבור לאנרגיית הריפוי הפנימי
דיקור סיני • רייקי • שונישין • צ'יקונג רפואי

ברוכים הבאים ל - בית הצ'י הבריא - חיבור לאנרגיית הריפוי הפנימי

אני מאמינה כי כל אחד מאיתנו נושא בתוכו את אנרגיית הריפוי, וכי באמצעות טיפולים אנרגטיים וטכניקות התפתחות אישית, ניתן לעורר את כוח הריפוי הפנימי ולשפר את איכות החיים בכל הרבדים.

במסגרת הקליניקה הפרטית אני מטפלת במגוון רחב של בעיות, תוך התמקדות בטיפול בנשים בכל שלבי החיים ובילדים.

ההרצאות והסדנאות שלי עוסקות במגוון נושאים הקשורים בחיבור לאנרגיית הריפוי, הן כוללות תרגולים מעשיים, ידע תיאורטי והמון השראה ומותאמים לקהלי יעד שונים בהתאם לעולמות התוכן הרלוונטיים לכל קהל וקהל.

בקטלוג זה תמצאו מגוון רחב של תכנים המתאימים לקהלים שונים. ניתן להתאים את ההרצאות והסדנאות לצרכים הספציפיים של הקבוצה שלכם.

הצטרפו אליי לאסע מרתק של ריפוי והתפתחות אישית

שמי נטלי ברין Dip.Ac מטפלת הוליסטית - מומחית בדיקור סיני, רייקי, צ'י קונג וטאי צ'י רפואי, בעלת קליניקה פרטית בקריית אונו מרצה ומנחת סדנאות והרצאות מעולמות הטאואיזם והרפואה הסינית והיפנית.

בעלת ניסיון רב בטיפול במגוון רחב של בעיות בריאות. מומחית בדיקור סיני בשיטות מתקדמות, כולל שונישין - אקופונקטורה יפנית ללא מחטים במיוחד לילדים. בנוסף, מאסטר רייקי ומדריכה ומטפלת הצ'י קונג וטאי צ'י רפואי.

תפיסת העולם שלי
הריפוי האמיתי נובע מתוך חיבור עמוק בין רוח, נפש ואף.
כשהשלב הזה מתאחד, מתעוררת בתיכונן עוצמה פנימית שמובילה לאיזון אמיתי ובריאות שלמה, ומאפשרת לחיים לצרום בהרמוניה.



נטלי ברין



חיבור לאנרגיית הריפוי הפנימי
דיקור סיני • רייקי • שונישין • צ'י קונג רפואי

<http://Nbrin.com> ☎ 054-8899240

Nbrin.clinic@gmail.com @ [brinnatalie](https://www.facebook.com/brin.natalie) f [facebook.com/brin.natalie](https://www.facebook.com/brin.natalie)

הרצאות וסדנאות המתאימים לארגונים ומוסדות - הרצאות לקהל הרחב:

1. נשימה כפעימת החיים - קונספציית החיים 4
2. שיפור זיכרון ויכולות למידה בדרך הטאו 5
3. שיפור היציבה בסיס לבריאות, יציבות ואיזון בחיים 6
4. שיעורי טאי צ'י קבוצתיים 7

הרצאות וסדנאות לנשים ואמהות:

1. גיל המעבר: מסע טבעי לצמיחה ובריאות נשית 8
2. דרך טבעית לבריאות הילדים - חוכמת הרפואה היפנית 9

הרצאות וסדנאות לגיל השלישי:

1. איפה באמת טמון הזיכרון? חוכמת רפואה הסינית 10
2. יציבה נכונה ובריאות המפרקים 11
3. אימונים קבוצתיים של צ'י קונג וטאי צ'י לגיל השלישי 12



נטלי ברין

חיבור לאנרגיית הריפוי הפנימי
דיקור סיני • רייקי • שונישין • צ'יקונג רפואי



נשימה כפעימת החיים - קונספציית החיים לפי רפואה הסינית

למה דווקא ההרצאה הזו?
הנשימה היא מפתח לחיים איכותיים. כשאנו לומדים לנשום נכון ולהיות מודעים לכך, אנחנו יכולים להשפיע על בריאותנו, שלווה הנפש שלנו והחיבור הרוחני שלנו.

מתעניינים בצעד נוסף?
ניתן להרחיב את ההרצאה לסדנה מעמיקה!

מה כוללת הסדנה?
• תרגולים פרקטיים ומתאמים אישית לנשימה ותנועה.
• חקר עומק של עקרונות הטאו והשפעתם על חיי היומיום.
• יצירת חיבור אישי בין תרגול הנשימה לתחומי חיים שונים: בריאות, מערכות יחסים, קריירה ורווחה נפשית.

בואו להעניק לעצמכם מתנה של מודעות, חיבור פנימי ורוגע – דרך הנשימה.

הרצאה החווייתית, "נשימה כפעימת החיים", נגלה את כוחה של הנשימה וכיצד היא משפיעה על חיינו בכל הרבדים – פיזי, נפשי ורוחני

על מה נדבר בהרצאה?

- גילוי עוצמת הנשימה: נלמד כיצד הנשימה אינה רק פעולה פיזיולוגית, אלא שער לשיפור איכות החיים וחיבור פנימי עמוק.
- פילוסופיית הטאו (TAO): נעמיק בתפיסת החיים לפי הטאו, המתארת כיצד כל תנועה, כולל הנשימה, היא חלק מזרם החיים. הפילוסופיה מלמדת אותנו להתנהל בהרמוניה עם הטבע ועם האנרגיה הזורמת ביקום. הנשימה היא ביטוי לריתמוס האוניברסלי, והיא יכולה להוביל אותנו לשלווה, איזון וחיוניות.
- המשמעות האנרגטית של הנשימה ברפואה הסינית: נבין איך הנשימה נתפסת כפעולה שמנקה אנרגיות מעכבות וממלאת את הגוף והנפש באנרגיה טהורה.

חוויה ייחודית ומעשית

תרגול צ'י קונג: נחקור יחד סוגי נשימות, תנועה מודעת והרפיה, ונלמד לחבר בין הגוף לנפש באופן טבעי ומשחרר.

פנו אליי עכשיו להזמנת ההרצאה או הסדנה!
Nbrin.clinic@gmail.com 📞 054-8899240



שיפור זיכרון ויכולות למידה בדרך הטאו

חלק מעשי בהרצאה

ההרצאה אינה רק תיאורטית – תתנסו בתרגולים שיתנו לכם כלים לשפר את הזיכרון והיכולת המנטלית באופן עצמאי בכל יום.

מעוניינים להעמיק?

ניתן להרחיב את ההרצאה לסדנה מעמיקה שתשלב תרגולים מעשיים נוספים, התאמה אישית לתרגול יומיומי והתמקדות במצבים ספציפיים (למשל שיפור ריכוז בלמידה, מניעת שכחה בגיל השלישי ועוד).

זו הזדמנות לגלות איך להחזיר לעצמכם את השליטה בזיכרון וביכולת הלמידה – בדרך פשוטה וטבעית.

האם תהיתם כיצד לשפר את היכולות הקוגניטיביות שלכם?

אין כמעט תחום בחיינו שאינו מושפע מהזיכרון שלנו – קריירה, זוגיות, הורות, ואפילו תפקוד יומיומי פשוט. היכולת לשלוף מידע, ללמוד ידע חדש ולהישאר ממוקדים היא מפתח להתמודדות עם אתגרי החיים ולצמיחה אישית.

אז איפה באמת נמצא הזיכרון שלנו?

בניגוד למה שהמדע המודרני מתמקד בו, ברפואה הסינית העתיקה זיכרון אינו רק פונקציה של המוח. הוא שזור במערכות הגוף השונות.

מה תלמדו בהרצאה?

- סוגי הזיכרון השונים: אינטלקטואלי, רגשי ובסיסי – וכיצד הם משפיעים זה על זה.
- השפעת האנרגיה הפנימית על הזיכרון: חיבור לעקרונות פילוסופיית הטאו ולתובנות מהרפואה הסינית, כדי להבין את הגוף והנפש כשלם.
- כלים לשיפור יום-יומי: תרגילים מעשיים, נשימות וטכניקות פשוטות לשימור ושיפור היכולות הקוגניטיביות.

פנו אליי עכשיו להזמנת ההרצאה או הסדנה!
Nbrin.clinic@gmail.com ☎ 054-8899240



נטלי ברין

חיבור לאנרגיית הרפוי הפנימי
דיקור סיני • ריזקי • שונשין • צ'יקונג רפואי

שיפור היציבה - בסיס לבריאות, יציבות ואיזון בחיים

מתעניינים לצלול עמוק יותר?

אפשר להרחיב את ההרצאה לסדנה מעמיקה ומעשירה הכוללת שילוב של תרגולי טאי צ'י עם מקל ארוך.

מה כוללת הסדנה?

טכניקות תנועה עם מקל ארוך שמחזקות את עמוד השדרה, משפרות יציבה, ומשלבות את הגוף והנפש בעוצמה ובדייק.

שילוב של נשימה מודעת, תרגילי שחרור ואיזון אנרגטי.

חויית תרגול מעשי ומעצים שמשאיר חותם גם לאחר הסדנה.

זו ההזדמנות שלכם לשפר את היציבה, להרגיש יציבות פנימית ואיזון בכל תחומי החיים - בדרך חווייתית ומעשירה.

פנו אליי עכשיו להזמנת ההרצאה או הסדנה!

מה זה משנה איך אני עומדת, יושבת או שוכבת?

ברפואה הסינית, היציבה שלנו אינה רק עניין פיזי - היא משקפת ומשפיעה על המבנה האנרגטי שלנו, על הזרימה האנרגטית ועל האיזון בכל תחומי החיים. בהרצאה ייחודית זו נגלה כיצד יציבה נכונה תורמת לבריאות הפיזית, הנפשית והרוחנית, ומחזקת את תחושת היציבות והאיזון הפנימי

אז למה חשוב לשים לב ליציבה?

איזון מערכות הגוף: יציבה נכונה מאפשרת זרימה חופשית של צ'י (אנרגיה) ודם לאורך עמוד השדרה, משפרת את התפקוד הפיזי, ומספקת את הבסיס לתפקוד בריא של כל מערכות הגוף.

יציבות בחיים: היציבה הפיזית משפיעה ישירות על תחושת הביטחון, היציבות והחוסן שלנו - בגוף ובנפש.

מה נלמד בהרצאה?

עקרונות אנרגטיים של יציבה: כיצד המבנה האנרגטי של הגוף משפיע על הבריאות הפיזית והנפשית.

תפקוד עמוד השדרה והקשר ליציבות: איך עמוד השדרה שלנו מהווה ציר חשוב לתפקוד תקין של הגוף והנפש.

הבסיס ליציבה נכונה בצ'י קונג הרפואי: תרגולים מעשיים ופשוטים שמשלבים נשימה ותנועה להרמוניה בין גוף ונפש.

פנו אליי עכשיו להזמנת ההרצאה או הסדנה!
Nbrin.clinic@gmail.com ☎ 054-8899240



אימוני צ'י קונג וטאי צ'י קבוצתיים - בריאות, רוגע ואיזון

מה כוללת התוכנית?

- **תרגול צ'י קונג וטאי צ'י:** תנועות זורמות ומחברות שמשפרות את זרימת האנרגיה, מפחיתות כאבים ומעלות את החיוניות.
- **חיזוק מערכות הגוף והנפש:** כלים מעשיים להגברת הקשב הפנימי ולהתמודדות עם עומסים רגשיים ופיזיים.
- **יישום יומיומי:** טכניקות פשוטות שהעובדים יכולים ליישם בעבודה ובבית לשיפור מתמיד של מצבם.

מותאם במיוחד לארגונים:

ניתן לקיים מפגש חד-פעמי מעצים, או ליצור שגרה של אימונים שבועיים כחלק ממעטפת התמיכה הפיזית והרגשית בארגון

פנו אליי עכשיו להזמנת ההרצאה או הסדנה!

פנו אליי עכשיו להזמנת ההרצאה או הסדנה!
Nbrin.clinic@gmail.com ☎ 054-8899240

הצעה מיוחדת לארגונים ומוסדות

רוצים להעניק לעובדים שלכם כלים ייחודיים לשיפור הבריאות, הזיכרון, האנרגיה ומצב הרוח? אימוני צ'י קונג וטאי צ'י הם הדרך האידיאלית לשלב תנועה, רוגע והתחדשות בעולמם של העובדים.

מה הערך של שגרת אימוני טאי צ'י עבור העובדים שלכם?

חיזוק הזיכרון ושיפור הריכוז: התרגולים מחזקים את זרימת האנרגיה למוח, מגבירים את החדות המנטלית, ותומכים בשיפור הזיכרון והיכולת הלימודית - כלים חשובים במיוחד בעולם העבודה הדינמי.

אנרגיה זמינה ושיפור חיוניות: בעזרת תנועות מדויקות ונשימה נכונה, הגוף מתמלא באנרגיה טהורה ומפחית תחושת עייפות או שחיקה. האנרגיה מתחדשת, והמשתתפים מרגישים חזקים ומרוכזים יותר לאורך היום.

רוגע ושחרור מתחים: האימונים עוזרים לשחרר מתחים פיזיים ורגשיים, להפחית רמות סטרס וליצור תחושת שלווה עמוקה שמתבטאת גם בסביבת העבודה וגם בחיים האישיים.

שיפור מצב הרוח ואיזון רגשי: שחרור חסימות אנרגטיות מסייע בהרפיה של רגשות כבדים כמו כעס ותסכול, ומעודד שמחה, יציבות ואיזון נפשי.



גיל המעבר: מסע טבעי לצמיחה ובריאות נשית

רוצה להעמיק?

ישנה אפשרות להרחיב את ההרצאה לסדנה חווייתית, הכוללת:

- תרגול מעשי: טכניקות תנועה רכה לאיזון הורמונלי, חיבור לגוף ושחרור מתחים.
- הדרכה פרטנית: כלים פשוטים ליישום יום-יומי לתמיכה בגוף ובנפש.

למי זה מתאים?

לכל אישה בגיל 40+ שמעוניינת להבין לעומק את השינויים שהגוף עובר ולגלות דרכים טבעיות לתמוך בעצמה - היום ובעתיד.

פנו אליי אכשיו להלמת ההרצאה או הסדנה!
Nbrin.clinic@gmail.com ☎ 054-8899240

אם אתן נשים בגיל 40+ ומרגישות שהגוף מתחיל להשתנות, או אם אתן רוצות להתכונן בצורה מיטבית לתקופת גיל המעבר, אני מזמינה אתכן להרצאה מעשירה ומעוררת השראה בנושא: **גיל המעבר: מסע טבעי לצמיחה ובריאות נשית.**

בהרצאה נדבר על דרכים טבעיות לשמור על בריאות הגוף והנפש במהלך תקופה זו, כיצד להתמודד עם שינויים הורמונליים ולממש את הפוטנציאל הצמיחה האישי והמנטלית שטמונים בה.

מה בהרצאה?

מבט מעמיק על גיל המעבר:

- נלמד על השינויים ההורמונליים של גיל המעבר ונגלה איך ניתן להתמודד עם תופעות כמו גלי חום, עצבנות, עור יבש ועייפות - באופן טבעי ויעיל.

התפיסה הסינית של גיל המעבר:

- נכיר את הפרספקטיבה הייחודית של הרפואה הסינית, שבה גיל המעבר נקרא "האביב השני" - תקופה של צמיחה, התחדשות והעצמה אישית.

כלים מעשיים:

- נלמד איך להתכונן לשינויים הללו, כיצד לתמוך בגוף ובנפש ומה ניתן לעשות כדי לעבור את התקופה הזו בצורה מיטבית.



הרצאה: דרך טבעית לבריאות הילדים - חוכמת הרפואה היפנית

מה תלמדו בהרצאה?

- מבוא לשיטת השונשיין: הפילוסופיה היפנית מאחורי השיטה והקשר לרפואה הסינית.
- האבחון הייחודי בשונשיין: ארבעת טיפוסים הילדים וכיצד לזהות אותם.
- איך השונשיין מסייעת לתמוך באתגרי הילדות: טיפול במצבים שכוחים כמו מחלות חורף, קשיי עיכול, התנהגות ושינה.
- מתי ואיך ניתן ליישם את השיטה בבית.

למי ההרצאה מתאימה?

להורים שמחפשים דרך טבעית ופרקטית לחזק את בריאות ילדיהם, להתמודד עם מחלות שכיחות ולהפחית את הצורך בהתערבויות רפואיות פולשניות.

מעבר להרצאה - סדנה מעשית

רוצים לקחת את הידע צעד קדימה?

הסדנה המעשית מאפשרת לכם ללמוד כיצד ליישם את הכלים של שונשיין לטיפול במחלות חורף, קשיי שינה, בעיות עיכול ועוד. בסדנה נתרגל טכניקות מעשיות ותוכלו לקבל הדרכה פרטנית.

רוצים להעניק לילדיכם בריאות טובה יותר בדרך טבעית ונעימה?

אני מזמינה אתכם להכיר את שיטת השונשיין - שיטת טיפול יפנית ייחודית המבוססת על הרפואה הסינית, המאפשרת טיפול עדין ויעיל ללא שימוש במחטים. בהרצאה ייחודית זו נגלה את סודות הרפואה היפנית לשמירה על בריאות הילדים - גישה רכה, טבעית ומלאה השראה שיכולה לשנות את הדרך שבה אנחנו תומכים בילדינו.

נלמד כיצד שיטות יפניות עתיקות מותאמות במיוחד לטיפול בילדים, מחזקות את מערכת החיסון שלהם, מונעות ותומכות בטיפול במחלות נפוצות, ומסייעות להם לגדול בצורה בריאה ומאוזנת.

מהי שיטת השונשיין?

שונשיין היא שיטה עתיקה שהתפתחה ביפן, המתאימה במיוחד לטיפול בתינוקות וילדים מגיל לידה ועד גיל 16.

השיטה מתמקדת בעיסוי עדין של נקודות מפתח בגוף, שימוש בטכניקות ייחודיות ובכלים מותאמים, לצד אפשרות לשימוש במוקסה, כוסות רוח ומדבקות.

פנו אליי עכשיו להזמנת ההרצאה או הסדנה!
Nbrin.clinic@gmail.com ☎ 054-8899240





איפה באמת טמון הזיכרון? חוכמת הרפואה הסינית לגיל השלישי

כיצד נשמור על זיכרון חד ועל בהירות מחשבתית גם בגיל השלישי?

מהות ההרצאה:

בהרצאה מרתקת זו נעסוק בשיפור ותמיכה בזיכרון באמצעות גישה הוליסטית מהרפואה הסינית והיפנית. נבין את הקשר העמוק בין גוף לנפש והשפעתם על בריאות המוח, וכיר כלים מעשיים לשימור יכולות קוגניטיביות ולחיזוק התפקוד היומיומי.

מה יקבלו המשתתפים:

- הבנה על איך עובד הזיכרון מהמבט של רפואה סינית
- תרגילים מעשיים מצ'יקונג ותנועות פשוטות לשיפור זרימת האנרגיה
- טיפים לחיי יום-יום התומכים בשימור ושיפור הזיכרון.

למי מתאימה ההרצאה:

מיועדת לגיל השלישי – נשים וגברים המעוניינים לשמר את זיכרונם, להתמודד עם שכחה ולשפר את איכות חייהם בדרך טבעית ורגועה.

משך ההרצאה: משך ההרצאה הוא כשעה.

למי שמעוניין בחוויה מורחבת, ניתן להוסיף ששן מעשי הכולל אימון צ'יקונג מותאם לקבוצה ולגיל, ולהאריך את משך הפעילות לכשעתיים לבריאות המפרקים, נתמקד במניעת שחיקה פיזית, ונלמד טכניקות פשוטות לחיזוק הגוף ולהגברת תחושת הביטחון הפיזי.

מבחר הרצאות וסנדאות לגיל השלישי

פני אליי עכשיו להזמנת

ההרצאה או הסדנה!



054-8899240

Nbrin.clinic@gmail.com



תנועה יציבה - שיפור היציבה וגמישות המפרקים בגיל השלישי

מה נלמד בהרצאה?

עקרונות היציבה ברפואה הסינית: כיצד מבנה הגוף והזרימה האנרגטית משפיעים על היציבות והבריאות, שיווי משקל ומניעת נפילות.

תרגולים מעשיים:

טכניקות פשוטות מצ'יקונג רפואי לשחרור מתחים, שיקום מפרקים ושיפור היציבה.

רוצים להעמיק?

ניתן להרחיב את ההרצאה לסדנה מעשית הכוללת: תרגילי תנועה: לחיזוק, גמישות ושיפור היציבות. שחרור ואיזון אנרגטי: טכניקות נשימה ותנועה להרמוניה מלאה בין גוף ונפש.

משך הפעילות:

הרצאה בלבד: כשעה.

הרצאה וסדנה משולבת: כשעתיים.

האם יציבה נכונה באמת משפיעה על הבריאות שלנו?

ברפואה הסינית, היציבה שלנו אינה רק עניין פיזי – היא משקפת את האיזון האנרגטי בגוף ומשפיעה על זרימת האנרגיה, על תפקוד המפרקים, ועל בריאות כללית.

מהות ההרצאה:

בהרצאה זו נגלה כיצד יציבה נכונה בגיל השלישי תורמת למניעת נפילות, לשיקום מפרקים, ולשיפור איכות החיים. נעמיק בהבנת הקשר בין היציבה לבריאות 11 המפרקים, נתמקד במניעת שחיקה פיזית, ונלמד טכניקות פשוטות לחיזוק הגוף ולהגברת תחושת הביטחון הפיזי.

למה חשוב לשים לב ליציבה?

- **מניעת נפילות:** יציבה נכונה ותרומתה לשיווי משקל ולביטחון בתנועה
- **שיקום מפרקים:** היציבה משפיעה על חלוקת העומסים בגוף.
- **שיפור תפקוד הגוף:** זרימה תקינה של צ'י ודם מאפשרת תפקוד טוב יותר של כל מערכות הגוף, כולל מערכת השרירים והשלד.
- **הפחתת כאבים:** יציבה נכונה מפחיתה לחץ על עמוד השדרה והמפרקים, ומשפרת את הנוחות הפיזית.
- **איזון נפשי:** תנועה ועמידה נכונות משפיעות לטובה על תחושת הרוגע והביטחון.

מבחר הרצאות וסנדאות לגיל השלישי

פני אליי עכשיו להזמנת
ההרצאה או הסדנה!



054-8899240

Nbrin.clinic@gmail.com



אימוני צ'י קונג וטאי צ'י קבוצתיים - בריאות, רוגע ואיזון הצעה מיוחדת לגיל השלישי

הצטרפו לאימוני צ'י קונג וטאי צ'י שלנו ושפרו את איכות חייכם. תרגולים מותאמים לגיל הזהב עוזרים לשמור על הבריאות, לשפר זיכרון, ולהשיג רוגע ושלווה פנימית, תוך התמקדות במניעת נפילות, שיפור שיווי המשקל ושיפור השינה. האימונים מותאמים לכל גיל ומצב וניתן לתרגל גם בישיבה וגם בעמידה.

היתרונות הבריאותיים:

- חיזוק הזיכרון והריכוז, הגברת האנרגיה והחיוניות, שיפור שיווי המשקל ומניעת נפילות, שיפור איכות השינה, רוגע ושחרור מתחים, איזון רגשי ושיפור מצב הרוח.

מה כוללת התוכנית?

- תרגול צ'י קונג וטאי צ'י:

- תנועות זורמות שמשפרות את זרימת האנרגיה, מפחיתות כאבים ומעלות חיוניות. ניתן לתרגל בעמידה וגם בישיבה.

- חיזוק הגוף והנפש:

- כלים להגברת הקשב הפנימי ולהתמודדות עם עומסים רגשיים ופיזיים.

- יישום יומיומי:

- טכניקות פשוטות ליישום בבית לשיפור מתמיד של הבריאות והמצב הנפשי.

התוכנית מותאמת במיוחד לגיל השלישי (ניתן להתאמן גם בישיבה) ומעניקה אפשרות לחוויית אימון פרקטי ופזוט ומעשירה לכל גיל ומצב.



פנו אליי עכשיו להצטרף

ההרצאה או הסדנה!



054-8899240

Nbrin.clinic@gmail.com