



09/03/2026

דרישה לסדנה – "מרחב נשימה" חוסן בזמן מלחמה

המועצה המקומית בוקעאטא / יחידת הצעירים מבקשים הצעת מחיר לקיום סדנה בנושא חוסן נפשי בזמן מלחמה.

מטרת הסדנה:

מתן כלים מעשיים להתמודדות רגשית ונפשית בתקופות של לחץ, חוסר ודאות ומצבי חירום, חיזוק תחושת החוסן האישי והקהילתי, ויצירת מרחב בטוח לשיח, שיתוף ולמידה.

קהל יעד:

צעירים וצעירות / תושבי היישוב .

משך הסדנה:

סדנה חד-פעמית לשעה וחצי (90 דקות).

תכני הסדנה המבוקשים:

- הבנה בסיסית של תגובות לחץ בזמן מלחמה.
- כלים לזיוסות רגשי ולהפחתת חרדה.
- תרגילי נשימה והרגעה.
- חיזוק חוסן אישי וקהילתי.
- מרחב לשיתוף ושיח מונחה.

- מועד אחרון להגשת הצעת מחיר עד 12/03/2026
- ההצעה תתקבל אך ורק במעטפה סגורה אשר תימסר למשרד המזכירה הראשית לצורך ביול והטבעת חותמת הרשות על גב המעטפה, ולאחר מכן תושלך לתיבת הצעות המחיר בלשכת ראש הרשות .