



המיוחדות לשנת 2026

תפריט סדנאות מיוחדות לארגונים
לפי חודשי השנה

WWW.DOFEK.ORG



פתיחה

בדופק אנחנו רואות ארגונים בתור מארג אנושי שבו מתקיימות אינספור מערכות יחסים – בין העובד לעצמו, בין עובד לעובד או למנהל, ובין העובד לארגון כולו. כל מערכת יחסים כזו משפיעה על הרווחה האישית של העובדים ועל תפקודו של הארגון.

בנוסף לסדנאות הקבועות שלנו, שמעניקות כלים להתמודדות עם אתגרי העובדים, מחזקות את השייכות ומשפרות את מערכות היחסים בארגון, יצרנו השנה תפריט סדנאות מיוחדות לפי תאריכים ואירועים משמעותיים בשנה.

סדנאות אלו נבנו במיוחד כדי לתת לצוותים ולמנהלים רגעי עצירה משמעותיים בשגרה, לחזק חיבור בין האנשים בארגון, ולהעניק חוויות שמזכירות את הערך והמשמעות של כל תאריך חשוב – חגים, מועדים או רגעי מעבר בארגון.

בחוברת זו תמצאו את הסדנאות המיוחדות, מסודרות לפי חודשים ותאריכים, כדי שתוכלו לבחור את הרגעים המתאימים להעצמת הצוותים שלכם לאורך השנה.

פברואר

ט"ו בשבט



שורשים ופירות

סדנה חווייתית בטבע
שבה נדמה את הצוות
לעץ משגשג.

במפגש נתבונן יחד
בשורשים האישיים של
כל אחד: התכונות,
המקצועיות, הערכים
שהוא מביא איתו,
ונחשוב כיצד כולנו
יחד יוצרים עץ חזק
ומלא פירות.

המפגש משלב למידה
והשראה מחוכמת

הטבע 🌴🌴

ינואר

שנה אזרחית חדשה



• catalogue •

בונים על

ההצלחות

סדנה המזמינה את
הצוות לעצור,
להתבונן ולחגוג את
הצלחות העבר,
לזהות את מקורות
הכוח ולשכפל את
ההצלחה.

מתוך ההבנות נבנה
יחד חזון אישי וצוותי
לשנה החדשה,
המחזק מוטיבציה
לעשייה קדימה.

אפריל

פסח ויום העצמאות



מרץ

יום האישה



• catalogue •

להיות בחופש

בעבודה

סדנהמשלבת צילום
פוטותרפי לזיהוי
דפוסים מעכבים. דרך
התבוננות בתמונות,
נחקור מה מונע
מאיתנו להרגיש
חופשיים לבטא את
עצמנו, ונלמד ליצור
מרחב עבודה
שמאפשר ביטוי
אותנטי ומימוש
פוטנציאל מקצועי
ואישי.

אנרגיה נשית

סדנה המציעה חיבור
לעוצמה השקטה
והעמוקה של
האנרגיה הנשית, דרך
ההקבלה בין אנרגיה
זכרית של עשייה
ומיקוד לאנרגיה
נשית של נוכחות,
רכות וקבלה. **המפגש**
משלב מעגל שיח,
תנועה, דמיון מודרך
וכתיבה.

יוני

יום היוגה הבילאומי



מאי

יום העבודה הבינלאומי



יישום ערכי היוגה בעבודה

סדנה המשלבת
הרצאה, תרגול יוגה
ושיח משותף
ומאפשרת
למשתתפים להבין
כיצד ליישם את ערכי
היוגה - כגון מודעות,
נוכחות ושיתוף
פעולה - בסביבת
העבודה היומיומית,
ואיך זה ישפר
משמעותית את
הביצועים.

זמן רווחה

מפגש חווייתי
המעניק לעובדים
הפוגה מהשגרה
והטענה מחדש של
האנרגיה והנפש.

המשתתפים יהנו
מסאונד הילינג
ומגע מקרקע,
יתחברו לגוף
ולתחושות פנימיות,
וישחררו מתח, לחץ
ועומס.

ספטמבר

חגי תשרי



יולי – אוגוסט

תקופת הקיץ



תקשורת מקרבת

סדנה לפיתוח
מיומנויות הקשבה
פעילה ושיח מקרב
וחיובי, המעניקה
כלים לתקשורת
בריאה בעבודה
ובבית.
מתאים במיוחד
בתקופות של אירועים
משפחתיים
אינטנסיביים
שמציפים רגשות
ואתגרים תקשורתיים.

ריטריט יום

מילוי מצברים

חוויה חד יומית
שמאגדת סדנאות
להתפתחות אישית
ומקצועית במקום
מפנק וקסום, בשילוב
פעילויות wellness
לגוף ולנפש.
המשתתפים נהנים
מהפוגה מהשגרה,
תרגול רגיעה וחיבור
פנימי, לצד השראה
מקצועית.



כל אחת מהסדנאות המוצעות במסמך זה ניתנת לרכישה
בנפרד או שניתן להרכיב תוכנית שנתית מותאמת לצרכי
הארגון שלכם, **הכוללת שילוב של:**

- תכנים מקצועיים להעצמת הצוות והמנהלים
- סדנאות וולנס לחיזוק הרווחה האישית והקבוצתית
- תכנים מיוחדים לפי אירועים ותאריכים משמעותיים
בשנה

המטרה היא ליצור חוויית למידה והעצמה כוללת, המותאמת
לאופי הצוות, לאתגרים ולחזון הארגוני שלכם.

לצפייה בסדנאות הקבועות שלנו ולבחירת השילוב המתאים
ביותר לצרכי הארגון שלכם, בקרו באתר שלנו:
www.dofek.org/business