



סנדרה פינסו



נורית כהן



מאיה ורדימון



סימה דניאל

שנה ראשונה

מרחב הכ"ח

הדרך שלך לעצמך

"כשהתלמיד מוכן, המורה מופיע..."



צח יצחקי

מיטל דוידוב

אושרת ספיבק

בת-אל גריסרן





"סימה נדירה, היא מביאה כל כך הרבה ידע ורגש לקבוצה, היא כמו האמא של כולנו ואנחנו מרגישים שמורים ומוגנים. כל שבוע תדר חדש ועוצמתי, שלא לדבר על החברים החדשים שפגשתי בקבוצה, שכבר הפכו להיות חברים לחיים..."

חני בוסקילה

בוגרת מרחב הכ"ח עם סימה דניאל



"במרחב הכ"ח למדתי לשים גבולות ברובד עמוק. כרמל אישה מלאה בחכמה ויודעת לגרום לאנשים להבין דברים לעומקם"

אסנת חפץ

בוגרת מרחב הכ"ח עם כרמל באומל



"מרחב הכ"ח חיזק אותי מנטלית איפשר לי לראות את תוצרי העבודה הפנימית משתקפים גם בזוגיות שלי. אחרי משבר לא פשוט, הגענו לזוגיות חזקה ועוצמתית. בה אנחנו בוחרים להתאהב כל יום מחדש."

גיא גולן

בוגר מרחב הכ"ח עם סנדרה פינטו



“9 חודשים של מפגשים שבועיים קסומים עם בת אל, שכל כך
חיכיתי להם, שעזרו לי להבין מה הנשמה שלי באמת רוצה עמוק
בפנים: מסע שהחזיר לי את שמחת החיים”

מיה בן דוד, מעצבת פנים

בוגרת מרחב הכ"ח עם בת-אל גריסרו



“מרחב הכ”ח היה מתנה לעצמי. למדתי לאהוב ולהעריך את עצמי בדרכים שלא ידעתי מעולם. מודה לקבוצה המדהימה שהפכה למשפחה קטנה ועוטפת יחד עם ליאת המנחה שהעבירה את התהליך בצורה מרגשת”

אביבה אברמוביץ

בוגרת מרחב הכ”ח עם ליאת עטייה



“למרחב הכ”ח הגעתי בעיצומו של משבר חיים. הכח העוצמתי
בתהליך של קבוצה, לצד התדרים, השיעורים והדרך עצמה תמכו
בי כל הדרך לחוסן וביטחון”

אופירה עברוני

בוגרת מרחב הכ”ח עם ליאת עטייה



"מרחב הכ"ח פתח לי עולם חדש. וסימה היא
מנחה מבריקה, אמא של כולם בקבוצה"

כרמית לוי

בוגרת מרחב הכ"ח עם סימה דניאל

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"נכנסתי לקורס מרחב הכ"ח מלאת ספק וחוסר אמונה. אט אט הבנתי שהכל בתוכי ובכוחי לשנות הרגלים. למדתי לקחת אחריות ולקבל אותי כפי שאני! תודה על קורס משנה חיים, קיבלתי ארגז כלים לחיים."

נאוה דהאן

בוגרת מרחב הכ"ח עם בלהה מורג

מרחב
חודעות
פריידי מרגלית



"מרחב הכ"ח ליווה אותי בתקופה מאוד מאתגרת בחיים, הן ברמה האישית והן ברמה העסקית. בכל מפגש למדתי להכיר נדבך נוסף בעצמי, ודרך התדרים והכלים הפרקטיים למדתי להתחבר בחזרה לעוצמות שבי ולחולל שינויים משמעותיים בחיי. זה היה לא פחות ממשנה חיים"

אידן ברגר

בוגרת מרחב הכ"ח עם אושרת ספיבק

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"הגעתי למרחב הכח אחרי עיצומה של תקופה סוערת בחיי, משיעור לשיעור הרגשתי איך אני מחזירה את הכח לחיי. מרחב הכח נתן לי כלים לקלף את הקליפות והטראומות שליוו אותי כל חיי, ובעיקר לבחור בעצמי בכל בוקר מחדש. ממליצה בחום לכל מי שכבר רוצה לחזור הביתה"

מירב איל הרפז

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי

מ
מרחב
חודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"מכל האהבות שיש לחלום ביקשתי לי אותך", תודה למרחב הכ"ח שנתן לי את סל הכלים והאפשרויות למשוך את הטוב הזה לחייו".

טל הראל

בוגרת מרחב הכ"ח עם מאיה ורדימון

מרחב
מודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"במרחב הכ"ח מצאתי את עצמי, למדתי לאהוב
אותי ללא תנאי ומשכתי באומץ את אהבות חיי"

נתנאלה ממן - יזמית ויוצרת

בוגרת מרחב הכ"ח עם מאיה ורדימון

מרחב
מודעות
פריידי מרגלית



"מרחב הכ"ח הינו קורס מדהים ומרתק, תהליך פוקח
עיניים ומעלה תובנות. מעניק ביטחון וכלים פרקטיים
לשינוי תפיסת החיים"

מרינה קלייר סיידה

בוגרת מרחב הכ"ח עם שיר טל

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"לא האמנתי כמה הלב יכול להיפתח, הצלחתי להעמיק את כל מערכות היחסים בחיי ולהגדיל את השפע והאהבה בכל תחום בחיים שלי".

עדי בראון מיכובר

בוגרת מרחב הכ"ח עם סנדרה פינטו

מרחב
מודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



“עד לסיום הקורס הספקתי לשחרר את הזוגיות, לחתום על הסכם גירושין ולהתחיל חיים חדשים ושמחים.”

אורית טל

בוגרת מרחב הכ"ח עם אולגה צור

מרחב
מודעות
פרידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"דרך מאיה גיליתי לראשונה מהי אהבת אמת שמרגישה כמו בית, ואז
ידעתי שזה אפשרי גם עבורי..."

טל דניאל - מאמנת לחיים של הגשמה

בוגרת מרחב הכ"ח עם מאיה ורדימון

מרחב
חודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"למדתי מטאיזם עם גליה, נתרמתי, המראתי, חובקתי וסוף סוף
הבנתי. תנו לעצמכם מתנה גדולה לחיים, ובמיוחד בתקופה
מאתגרת זו, הכח זה להבין את מאחורי הקלעים ולקבל כלים
משמעותיים לחיים".

בילי בסרגליק, אשת תקשורת

בוגרת מרחב הכ"ח עם גליה זק נבו

מרחב
חודעות
פרידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"חיי השתנו לטובה בכל המובנים. ואט אט, שבוע אחרי שבוע הריפוי התרחש. כל שיעור הוא עליה בעוד מדרגה, התקרבות אל ה'אני' האמיתי. עוד קליפה מתקלפת, עוד חסימה מתנקזת. תודה על עונג צרוף!"

דורין אסולין

בוגרת מרחב הכ"ח עם גליה זק נבו

מרחב
מודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"בתהליך עמוק בו פגשתי את עצמי משכתי אל חיי
את שאהבה נפשי"

אדווה רוזנטל

בוגרת כ"ח עם מאיה ורדימון

מרחב
חודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"מרחב הכ"ח לימד אותי לחיות מתוך מודעות ולא להתנהל מתוך האוטומטים, שהביאו איתם התמודדויות לא קלות. למדתי לשחרר את המנגנון ההישרדותי, אותו סחבתי לאורך שנים, ולעבור לחיות ממוקם של קלות, ביטחון ואמונה."

מלי אבני ברוכים

בוגרת מרחב הכ"ח עם אושרת ספיבק

מ
מרחב
מודעות
פריידי מרגלית



"קורס מרחב הכ"ח עזר לי לדייק, לשדרג ולחזק את עצמי.
כמתמודדת סרטן כל מפגש העלה את התדר שלי. ממליצה
בחום".

מירב ויק, מלווה ילדים ונוער בתהליכי צמיחה

בוגרת מרחב הכ"ח עם גליה זק נבו



"הגעתי למרחב הכח כדי להציל את עצמי מעצמי. תוך כדי התהליך העמוק, האישיות שלי עברה טרנספורמציה, למדתי לאהוב את עצמי ולהנות מהחיים. והדובדבן שבקצפת היה חשבון הבנק שתפח..."

פלר יחזקאל

בוגרת מרחב הכ"ח עם ליאת עטיה



"עברתי שינוי מטורף בחיי.
הבנתי שאני לא עוסקת ונמצאת במקום
הנכון עבורי, התמודדתי עם מפלות וקושי
והתרוממתי לשינוי ולעבודה שהגיעה
במדויק עד אליי.
מצאתי את הדרך לעצמי והתוצאות
המופלאות הגיעו מהר משיכולתי
לדמיין...."

דנה שחורי

בוגרת מרחב הכ"ח עם דבורה קרוב



"תהליך מרתק וגאוני. כל שיעור, נדבך על נדבך, הפגיש אותי עם עצמי, עם החששות, האתגרים והעוצמות. למדתי סל של כלים להתנהלות מיטיבה בחיים. אני מודה לעצמי שנתתי לעצמי את המתנה הזו והקדשתי לכך את הזמן והמשאבים"

רותי צימרמן

בוגרת מרחב הכ"ח עם דבורה קרוב

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"התהליך היה חוויה לה זכיתי היתה מרתקת, מעשירה, מרחיבה, מעמיקה ומתגמלת. תדרים גבוהים אך לא פחות חשוב מחוברים לקרקע, עבודה משמעותית אישית עמוקה. שסייעה לי לבנות מסלול חיים מחודש ומשודרג. כזכיתי בארגז כלים משני חיים!"

אבנר כוכבי

בוגר מרחב הכ"ח עם דבורה קרוב

M
מרחב
חודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



" מרחב הכ"ח נתן לי את העוצמות להתגבר על פחדים שניהלו אותי, לחיות ולראות את השפע ולהחזיר את כל הכוחות אליי הביתה. יצאתי לאור, רקדתי מול אנשים, הקלטתי את עצמי, חשפתי עוד ועוד רבדים מתוכי. וזו רק ההתחלה.... "

ליאת פנינה שלום

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי

מרחב
מודעות

פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



“בתהליך קליפתי שכבות רבות שחסמו אותי
מלצאת לאור. מודה על הזכות לחיות היום
במימוש והגשמה מלאה!”

עדנה בן דוד

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי

מ
מרחב
מודעות
פריידי מרגלית



"מרחב הכ"ח לימד אותי מהו חוסן בתוך משבר. זכיתי בסט אוצרות שזמינים לי בחיי היום יום. הכרתי בתהליך אנשים נפלאים, שיקופים מהם למדתי זוויות נוספות ושונות של עצמי. ללא ספק קורס משנה חיים"

איריס עולי

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי



"הגעתי למרחב הכ"ח לאחר התמודדות עם בעיה רפואית ומשקעים מן העבר שניהלו אותי. בעזרת התהליך הקבוצתי העמוק, השינויים החלו להופיע בזה אחר זה. הבעיה הרפואית כבר לא קיימת והניהול היומי קל בהרבה"

הילי וויט

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי



"שנים חשבתי שהבעיה 'אצלו', 'שאנחנו לא מתאימים' ושקלתי ברצינות לפרק ת'חבילה. בעזרת שיטת המטאיזם הבנתי שהכל בתוכי, ומאחר וגיליתי את עצמי מחדש, גיליתי גם זוגיות חדשה... בתוך הקיימת. בקרוב אצלכם!"

הראל ירדני

בוגרת מרחב הכ"ח עם סנדרה פינטו



“מרחב הכ”ח זו את המתנות הגדולות שנתתי לעצמי. למדתי להתמסר לעצמי ולתהליך. אני מתרגשת כמו ילדה קטנה שמגלה את העולם בפעם הראשונה. הלב שלי מלא יותר, שמח ועולה על גדותיו.”

דנה בלוך

בוגרת מרחב הכ”ח עם אולגה צור

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"הגעתי למרחב הכ"ח על קביים ומדבקות מורפיום. אני מודה שהיתי סקפטי ביכולת שלי לשנות את המצב. אבל אט אט, למדתי לשנות את המחשבה ואת העולם הפנימי שלי ועיצבתי לי עולם בו אני נטול קביים ומשככי כאבים. תודה על הזכות לשנות את חיי"

אריק אוקינוס

בוגר מרחב הבריאות עם נורית כהן

מרחב
חודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע משנה חיים!



"מאז התהליך אני בתקשורת טובה יותר עם החלקים
הגבוהים שבי. התדרים סייעו לי לפתוח חסימות שעכבו אותי
מלחיות בביטוי ועוצמה. איזה כיף לחיות. ופשוט להיות!"

שגית גרינר

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי

מ
מרחב
חודעות
פריידי מרגלית

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



מרחב
מודעות

פריידי מדגלית

"למרחב הכ"ח הגעתי בתקופה מאד מאתגרת וכואבת בחיי.
משיעור לשיעור הצלחתי לגלות את הכ"ח שלי, ולצאת
פנתרה עם כתר על הראש..."

ציפי גכט

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



"היו אלה 9 חודשים קסומים של התפתחות, בזכותו אני חיה
כרגע את הגרסה המשודרגת של עצמי!"

לירז שמואלי

בוגרת מרחב הכ"ח עם צח יצחקי

מרחב
חודעות

פריידי מרגלית



"במרחב הכ"ח עבדתי לעומק על המקום הקורבני שבי. ברגע שויתרתי עליו, צעד אחר צעד, התחלתי לייצר שפע והגשמה."

שירה שירה

בוגרת מרחב הכ"ח עם בלהה מורג



“הגעתי למרחב הכ”ח לאחר התמודדות עם קשיים בריאותיים שהשפיעו קשות על עבודתי. היתי בתקיעות ולא ידעתי לאן לפנות. ואכן, תוך 3 חודשים מאז תחילת התהליך דברים התחילו להשתנות לטובה. קבלתי תפקיד מעולה ואני עושה את מה שאני הכי טוב בהנאה גדולה.”

אלמוג זעפריני

בוגר מרחב הכ”ח עם צח יצחקי



"שבוע אחר שבוע קיבלתי כלים מעצימים לשדרוג חיים.
הרגשתי איך אני לומדת לחיות באומץ את החיים"

אנה ברקוביץ'

בוגרת מרחב הכ"ח עם גלית בכר



"החזרתי את הכח הביתה. התהליך
הכי עוצמתי שחוויתי בחיי.
ליטרלי משנה חיים"

שרית בר יוסף

בוגרת מרחב הכ"ח עם גלית בכר

הצטרפו למסע **משנה חיים!**



“לפני כעשור התחלתי הליך מייגע של פשיטת רגל שהיה תקוע ולא התקדם לשום מקום. כשהכרתי את שיטת המטאיזם, התחלתי לעבוד צעד צעד לפי השיטה ואז הגיעה התפנית. ככל שלקחתי אחריות על עצמי, ניסים של ממש קרו וגם קיבלתי הפטר. אני שמחה להצהיר כי המטאיזם זה אורח החיים שלי”

קרן אור גורן

מ
מרחב
מודעות

פרידי מרגלית