

# מקום לנשום - עידן פלג - ליווי תהליכי ריפוי והתפתחות באמצעות תרפיה בנשימה



רח' הארזים 8 מוצא עילית

אזור ירושלים

טלפון: 072-2285772

שמחים להכיר לכן את עידן פלג - "מקום לנשום". עידן מעניק ליווי תהליכי ריפוי, התפתחות וצמיחה באמצעות תרפיה בנשימה, ריברסינג, עבודה עם תת המודע, מגע ושיח למבוגרים ובני נוער. מוזמנות לפנות אלי לשיחת היכרות וייעוץ ראשוני - ללא עלות! עידן פלג מטפל ומייעץ במגוון נושאים כמו ביטחון עצמי, דימוי עצמי, מצבי רוח, ריקנות וחוסר משמעות, כאבים כרוניים, מצבי לחץ וחרדה, הפרעת קשב, קשיים חברתיים, מערכות יחסים, בעיות שינה, חסימה ותקיעות רגשית, התמכרויות, הפחתת מתחים, מודעות עצמית, הגשמה עצמית, הצבת יעדים ומטרות, איזון, טיפול אנרגטי וכל נושא שתבחרו לקדם ולרפא. מוסדות לימוד אקדמאיים: מכללת רידמן, בית להיוולד מחדש, בית הספר לתרפיה בנשימה של נמרוד קאופמן ועוד.

הכול על עידן פלג - "מקום לנשום":  
אני עידן, מטפל, חוקר ויוצר רב תחומי, המטפל ומדריך מתוך תחושת שליחות ואהבת החיים. כל מערכות היחסים שלנו בעולם הן השתקפות למערכות היחסים שלנו עם עצמנו. ברגע שנשדרג את מערכות היחסים בעולמנו הפנימי, בינינו ובין עצמנו, ישתנו חוויות החיים שלנו בעולם. במהלך חיי התנסיתי בכל מיני שיטות טיפול, אך העמוקות והחשובות מכולן שחוויתי וראיתי את פשטותן ועוצמתן, הן אלו אשר משתמשות בנשימה (נשימה מודעת/מעגלית) ככלי מרכזי בטיפול. מניסיוני, לעולם התרפיה בנשימה יש כלים עוצמתיים לאפשר לנו הפגת מתחים, לחצים וחרדות לצד שחרור ופינוי של כל מה שאינו משרת אותנו יותר ובמקביל מאפשר לנו יצירה ובניה של עולם חדש ונפלא עבורנו, עבור הסובבים אותנו ועבור העולם כולו.

אני מאמין שכל המחלות והבעיות שלנו מקורן ברוח ועל כן ניתן לטפל בכל נושא בו יש לנו יצן ואת page

לשנות ולהתפתח.  
הקליניקה שלי נמצאת במוצא עילית שליד ירושלים.  
במקום לנשום אני מעביר תהליכי עומק אישיים לצד מפגשים חד פעמים/תהליכים בקבוצות  
קטנות מוזמנות לפנות אלי לשיחת היכרות וייעוץ ראשוני - ללא עלות! לשאלות נוספות, התייעצות,  
הזמנת טיפול או קביעת פגישה אישית,  
צרו עימי קשר טלפוני.

[שלח הודעה](#)