

# חייבת לשלוח אתוק

הרצגה מחוייכת בנושא אורח חיים בריא

לצפייה  
בסרטון  
מהמופיע

היא שילוב ייחודי ומקורי של הרצאה והצגה משעשעת ומחכימה בנושא עכשווי מתחום ה-WELLNESS / אורח החיים הבריא. שעה של קטעי משחק מצחיקים מחיי היומיום של כולנו, דמויות שונות ומשעשעות, מוזיקה ותפאורה מתחלפת בשילוב עם תוכן מעורר השראה, עדכני וחשוב, הרבה טיפים וכלים שימושיים.. הכל ביחד.

## מה אנחנו מרציגות

למה לא לעשות דיאטות | איך יורדים במשקל אחת ולתמיד | מהי הדיאטה הטובה ביותר | למה מתאבקי הסומו כל כך שמנים | איך מסתפקים בקוביית שוקולד | שיטות להתמדה בפעילות גופנית | הסוד בהרמת משקולות

## מה קורה אחרי

צוחקים! לומדים! ומתחילים בשינוי לחיים בריאים ושווים בטירוף. אחרי ההופעה, כל אחד חוזר הביתה עם המון חשק ועם התובנה שזה אפשרי לצאת לדרך חדשה ומוצלחת.

## מבין לקוחותינו

יערות הכרמל, מצפה הימים, האגודה לבריאות הציבור, קתדרה ראשון לציון, עיריית הרצליה, אוניברסיטת בן גוריון, מועדון לקוחות קראון פלזה, ג'ונסון אנד ג'ונסון ועוד.

## מי אנחנו

**המרצה:** איריס אסיה M.A, מקדמת בריאות ויועצת לאורח חיים בריא, מאמנת כושר גופני (וינגייט), מנחת סדנאות ומרצה לאורח חיים בריא.

**השחקנית:** אורלי מוריס, מקדמת בריאות ויועצת לאורח חיים בריא, מאמנת כושר גופני (וינגייט), שחקנית בוגרת הסטודיו למשחק ניסן נתיב.

ייעוץ אומנותי: ירון כפכפי

אתם תאהבו את ההרצגה  
חייבת משהו מתוק!



התוכנית מבית:



משרד: 077-2180065, 052-2699665

צחי: 052-2699665 | פקס: 09-9518186

כתובת: ת.ד. 53402 תיא מיקוד 61534

tzachi@theatromarket.co.il | www.theatromarket.co.il