

# A. המפתח שלך לחיים חדשים

## טופס משוב הדרכת שיטת Anti Stress Activity באופן אישי לאחר מפגש סיום

מה דעתך באופן כללי על שיטת A.S.A. : א. מצוינת ב. טובה ג. לא רעה ד. גרועה.

עד כמה תמליץ לחבריך לעבור את התהליך? א. לכולם בחום. ב. רק לחלק ג. לא אמליץ כלל.

מה מידה הרצינות והיחס שקבלת לאורך התהליך? א. יחס מעולה ב. יחס מצוין ג. יחס טוב ד. יחס בינוני ה. יחס גרוע.

האם את/ה מוכן/ה לחלוק את ניסיוןך עם אחרים? (כתוב מסר ורשמים שלך מהתהליך שיפורסמו

באתר האינטרנט של המרפאה. אני מבקש/ת שהשם שיפורסם באתר יהיה אליה גל סלר  
התוכן: התרגל לבצע תרגילי כושר במרחב כלפי כל מי שחושב שאתה חושב  
ללא סגור. (ובאופן פרטי) לאחר איבוד סיום התרגילים יותר  
קל לביצוע מאשר תרגילי כושר אחרים. אתי תרגילי כושר חשיבים  
@2010

21/11/12

תאריך

חתימה

