

יצירה : הכנת ערכת נשימה - לוויסות הנשימה ולהרגעה.

אביזרים :

כוס חד פעמית (עדיף מנייר).

כפפה חד פעמית .

גומיה/ דבק סלולייפ.

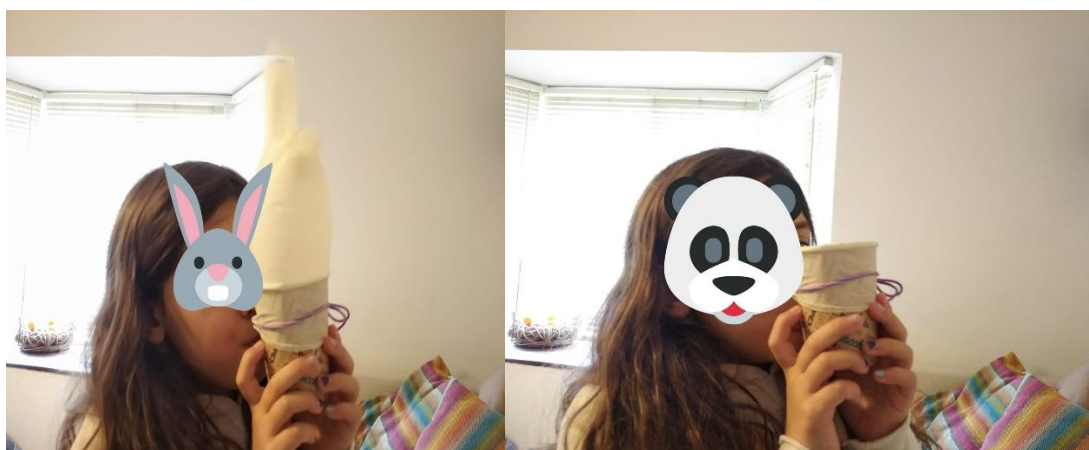
קשית .

טושים לקישוט.

מספרים.

הכנה :

1. קשטו את הכפפה צבעו בטושים לא מחיקים.
2. חברו את הכפפה בעזרת גומיה או דבק סלולייפ לכוס החד פעמית.
3. גזרו את הקשית לשניים.
4. בעזרת המספרים בצעו חור באמצע הכוס (בערך בקוטר של הקשית) .
5. הכניסו את הקשית לכוס.
6. נסו לנפח את הכפפה באמצעות הקשית.



😊 **בהצלחה והכי חשוב בהנאה**

שרה ורנר צוות הפרעות נפשיות, מתי"א רן