



## המגזין החודשי של נוגעת במילים

תוכן שנוגע, שיווק, התפתחות אישית והשראה לעצמאיות



## היי, מה קורה?

ראש השנה וכיפור מאחורינו וסוכות- השיא של חגי תשרי הגיע. הוא השיא כי הוא חג שמאפשר לנו ליישם את כל מה שהחלטנו לפני ראש השנה וכיפור, להזכיר לכולנו שאנחנו שונים אחד מהשני אבל כולנו עם אחד- אגודה אחת כמו ארבעת המינים ובעיקר לשמוח. כי סוכות הוא חג של שמחה. שמחה במה שיש, שמחה בחיבור עם כולם ושמחה בקשר שלנו עם הטבע. אני שולחת אליך את המגזין בסוכות ומקווה שתמצאי את הזמן והפנאי לקרוא אותו בנחת במהלך החג (גם אחריו זה אחלה) עוד שבוע וקצת נחזור לשגרה, הימים כבר נעימים יותר ותחושת התחדשות והתרגשות מלווה אותי בשבועות האחרונים. ספרי לי מה קורה אצלך ותשמחי, בכל הטוב שיש לך. חג שמח!

אביבית

## נתחיל בחימום. תרגיל כתיבה.

# "שמחה היא גילוי של אהבה גדולה בתוך הנפש"

(הרב צבי יהודה קוק)

השמחה היא היכולת לגלות את השלמות בעולם הזה, שמחה פשוטה מרחיבה את הלב.

שמחה ממלאת אותנו תחושות של שלמות, סיפוק ואושר.  
מה משמח אותך באמת?

תתחילי לכתוב על דף שלם (או יותר) מה משמח אותך.  
תוכלי להתחיל במילים: "אלה דברים שאותי משמחים..."

אני מזמינה אותך לשלוח אליי את מה שכתבת, את יכולה כמובן להפוך את קטע השמחה שלך לפוסט חגיגי לכבוד סוכות (או פורים בהמשך 😊)



# האושפיזין שלי כתבה על סיפורים ומערכות יחסים

במגזין הקודם ראיינתי אותה בבלוג והפעם אני מארחת את רינה וייסגלס הלקין בכתבה על סיפורים ומערכות יחסים.

מה הקשר בין הסיפורים שאת מספרת לבין מערכת היחסים שלך עם הקוראים, העוקבים והלקוחות שלך ואיך בעצם בונים מערכת יחסים כזאת?

אושפיזית משובחת ביותר ומה שיש לה לומר בנושא בלחיצה על הקישור הזה



## חמשת המ"מים והעסק שלך

אחד הדברים שאני הכי אוהבת הוא לקחת כלים מעולם האימון והעסקים ולהפוך אותם לנגיש או מתחבר יותר לעסקים שלנו, העצמאיות. המוח שלי עובד כמו מכונה של חיבורים כל הזמן כמעט והדרך הזו מאפשרת לי ליצור חיבור בין כל העולמות שלי והלוואי שגם שלכן.

על 5 המ"מים והעסק שלי ושלך כתבתי כאן, את מוזמנת מאוד לקרוא.

## #תכתבי את זה

מכתב לעצמי הוא כלי מוכר בעולם ההדרכה והאימון.  
הוא סוג של חזון אישי והוא כלי שממש עובד.  
האדמו"ר מפיאסצנה שהיה מחנך שנרצח בשואה אמר שכדי להתקדם כדאי לתכנן איך נהיה בראש השנה הבא.

"...בכל שנה עשה לך מטרה. צייר בעצמך... איזה אדם תהיה בשנה הבאה, מה יהיו השגותיו, עבודתו, מידותיו וכל תוכנו בעוד שנה.."

האדמו"ר אמנם התכוון לעבודת ה' אבל מדובר בכלי עוצמתי שיכול להיות רלוונטי לכולנו, באישי, בעסקי וגם ככלי נהדר לילדים ומתבגרים במשפחה.

אני כותבת לעצמי מכתב מפורט, עם תאריך והרבה מחשבות ומטרות ופוגשת את עצמי בעוד שנה.

את המכתב אני מכניסה למעטפה חתומה ושומרת לעצמי בסוף היומן (פשוט כי פעם החבאתי כ"כ טוב שלא זכרתי איפה)  
אני אגלה לך סוד,  
בד"כ אני מגיעה אל המטרות שלי.

תנסי, מקסימום יצליח לך.

כאן תמצאי סרטון קצר שלי מדברת על הנושא



## ימים מיוחדים בחודש אוקטובר

וכרגיל, לוח התכנון המהמם שיצרתי עם ימים מיוחדים לחודש אוקטובר כדי שתוכלי לשלב תכנים משעשעים ומיוחדים ותצאי לפעמים מהקופסה.

לוח תכנון עם ימים מיוחדים באוקטובר להורדה מכאן



## התארחתי אצל הילה והמלצתי על ספר

מארכת ומתארכת בסוכות וממש לא רק. לכבוד כיפור הילה חנוך לוי אספה את המלצות הקריאה הכי שוות לפוסט כייפי. גם ההמלצה שלי בפנים.

פוסט המלצות ספרים משלי נמצא "על האש" כבר יותר מידי זמן ועד שהוא יהיה מוכן בואי לקרוא מה היו 5 הספרים שהשפיעו עליי

## התחדשות אחרת / נעמי שמר

עייפות בלתי מוסברת.  
פיק ברכיים לא מובן  
צל שרב על כל הדרך,  
ואבק לבן  
אבל עודך משווע  
לגשמי ברכה  
עוד רחוקה מנוחתך

אחרי החגים יתחדש הכל.  
יתחדשו וישובו ימי החול  
האוויר, העפר, המטר והאש  
גם אתה,  
גם אתה,  
תתחדש...

עוד שבוע וקצת יגיעו "אחרי החגים"  
וזו בדיוק הזמן לחמם מנועים ולהתחיל לנוע אל עבר המטרות והיעדים שלנו.  
תעניקי לעצמך מתנה של פוקוס ובהירות בפגישת מיקוד שתקפיץ אותך  
קדימה.  
תשיבי למייל הזה ואשלח לך פרטים.

מאחלת לך חג שמח באמת,  
שמחת האבא של אלה אלה.  
אביבית.

בא לך לדבר? שלחי לי הודעת ווטסאפ או תקבעי לנו שיחת הכרות קצרה  
לכי תדעי לאן נגיע מכאן.