



➤ <https://www.youtube.com/watch?v=YZxvbv2u380> - מילות חיפוש ביוטיוב מיינדפולנס תרגול נשימה

➤ <https://www.youtube.com/watch?v=vZ8mkOsdY8s> - מדיתציית בוקר מודרכת

➤ https://www.youtube.com/watch?v=6mXXz_MlJwM פעילות גופנית מהבית - מילות חיפוש ביוטיוב - אימון כושר ביתי



<https://www.youtube.com/watch?v=QFjv1Xc2O7M> - מילות חיפוש ביוטיוב- תרגילי יוגה

<https://www.youtube.com/watch?v=6A98Glp5DuY> pilates workout - מילות חיפוש ביוטיוב-

➤ <https://www.youtube.com/watch?v=ILTzb6gGmhc> - הומור – סרטונים מצחיקים- מילות חיפוש- סטנד אפ



[https://www.youtube.com/watch?v=EMj1jSzhjLY&list=PLbrD-](https://www.youtube.com/watch?v=EMj1jSzhjLY&list=PLbrD-X5eExTwDGcTrZtsrr7uPCGiUBvyz)

[X5eExTwDGcTrZtsrr7uPCGiUBvyz](https://www.youtube.com/watch?v=EMj1jSzhjLY&list=PLbrD-X5eExTwDGcTrZtsrr7uPCGiUBvyz)

➤ <https://www.10dakot.co.il/> - מתכונים- מילות חיפוש מתכונים פשוטים- אתר מתכונים ב-10 דקות

<https://nikib.co.il/category/quick-and-easy-recipes/> אתר של ניקי ב



➤ <http://games.yoo.co.il/index.php?cat=5> - משחקי חשיבה – מילות חיפוש- משחקי חשיבה אונליין (מול המחשב או מול חברים)

[yoo.co.il/index.php?cat=5](http://games.yoo.co.il/index.php?cat=5)

➤ <https://www.radio.co.il/> מוזיקה – מילות חיפוש – רדיו אונליין , SPOTIFY מילות חיפוש - www.spotify.com



<https://www.youtube.com/?hl=iw&gl=IL> - מילות חיפוש יוטיוב