

50 דרכים להכיר בפרק ב'

הדסה דן-טוללה

50 דרכים להכיר פרק ב' בציבור הדתי לאומי (מגיל 38 פלוס)

"אין הצעות"
"כבר שנים שלא פגשתי בחור נורמלי"
"מזמן כבר הפסיקו להציע לי בנות"

(- משפטים שאני שומעת כל שבוע)

שלום, קוראים לי הדסה מלר בן טולילה.
אני מנחה של קהילת 2life - הבית לאנשים שרוצים לגדול ולצמוח לזוגיות פרק ב', שזה כולל פו"פ בגילאים 38 פלוס.

אני מבינה אותך כי אני בעצמי בת 50, גרושה ואלמנה, עם ילדה, ונמצאת עמוק בתהליך מציאת פרק ג' .
אבל... בשנה האחרונה בלבד נפגשתי עם 28 גברים, מתוכם 25 איכותיים ולפחות בתוך המגרש של מה שאני מחפשת.
איך עשיתי את זה?
זה בדיוק מה שאני רוצה להראות לך.

במדריך הזה הכנתי לך רשימה של מעל 50 דרכים מצוינות להגיע להצעות רלוונטיות,
אבל כדי שהוא יהיה שימושי -
אני רוצה שנוודא שאנחנו באים בגישה המתאימה.



הדסה מלר בן טולילה | מנחת קבוצות ומלווה לפרק ב' | 050-8757257

אם את או אתה מצפים שזה פשוט יקרה לכם,
שההיכרות תגיע משמים:
בתור לרמי לוי, באיזה אירוע, או על כל מיני סוסים לבנים גירסת 2023 -
אז אני ממש בעד שזה יקרה אבל אני מאמינה שגם לך יש חלק בזה.

המדריך הזה מיועד למי שרוצים לקחת אחריות על עצמם ועל הזוגיות שלהם.
למי שמוכנים להיפתח ולהתאמץ, בנחישות ובגמישות
מתוך הבנה שזוגיות תיכנס לחיינו רק כאשר נפתח לה את הדלת.

במהלך חיי זכיתי ללוות מאות גברים ונשים בדרך לזוגיות הנכספת.
הרבה מהם נשואים היום באושר.
לאף אחד מהם זה לא קרה במקרה. אף אחד לא התחתן מהספה.
כולם השקיעו מאוד. כולם מבינים היום כמה המאמץ השתלם.
אה, ועוד משהו: הם גם נהנו מהדרך.
כי כשנכנסים לתהליך ברצינות ובגישה חיובית - זה אפילו נחמד.

כמה טיפים איך להשתמש במדריך הזה:

- לא צריך 50 דרכים כדי להתחתן. מספיק אחת. אבל איזו? בחתונה נדע...
- בגלל זה כדאי לנסות לפחות ערוץ אחד מכל סוג. להרגיש איך זה ולראות מה עובד.
- 50 פעולות בבת אחת זה יותר מדי, אפילו למוכשרים שבינינו. Focus. מתחילים במשהו ומוסיפים בהדרגה.
- הכי טוב לפתוח בשבוע הראשון 2-3 ערוצים חדשים שיכולים להביא לך הצעות. בשבוע השני לתחזק את הערוצים הקודמים ולפתוח עוד 2-3 חדשים וכן הלאה.
- אני ממליצה בכל שלב לבחור שני ערוצים שיותר נוח לך איתם ואחד שקצת פחות...
- ככה אפשר להגיע למקומות שלא מגיעים אליהם ביום-ביום.
- ההשתדלות היא בידינו, התוצאות לא תמיד...
- לפעמים אני אפתח דלת אחת וההצעה תגיע מדלת אחרת.
- אין קשר? בטח שיש. אני מסמנת לקב"ה שאני מוכנה!
- כשמתחילים משהו חדש קורה לנו משהו בנפש. אנחנו מתגברים על פחדים, מעיזים לנסות, ומדרבנים את עצמנו להיות בתנועה. זה הכי משמח בעולם!
- נכון, זה גם אתגר. אך הרגשת קושי זו לא סיבה לעצור, להיפך. השינוי - מתחיל בך.
- כרטיס שידוכים מסודר עם תמונה טובה יכול רק לעזור.



המדריך כולל פורמטים שונים של דרכי היכרות ובכל פורמט תקבלו אפשרויות שונות ומגוונות. אפשר להתכתב איתי או להשאיר הודעה קולית בוואטסאפ. 050-8757257

1 מעגלי אהבה לגילאים 38 פלוס

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
.1	מעגלי אהבה לגילאים 38 פלוס	למעוניינים בפרטים בהמשך:הצטרפו כאן: https://chat.whatsapp.com/EjDMtn0G9uh0bVWjNjGdNo	קבוצות נטוורקינג לשידוכים	פתיחה בקרוב-

קבוצות וואטסאפ להעלת פרופילים

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
2	רווקים 40 – 55	https://chat.whatsapp.com/GYv9nEGdEMTGyO367Zodf2	כאן יעלו פרופילים של בחורים . גם נשים וגם שדכניות מוזמנות להכנס לצפות	מנחה הדסה בן טולילה
3	רווקות 40 -45	https://chat.whatsapp.com/ETVVA8p3dq9G41qQnYehTL	כאן יעלו פרופילים של בחורות בגיל המצוין. גם גברים וגם שדכניות מוזמנים להכנס	מנחה הדסה בן טולילה
4	רווקות 45 ומעלה	https://chat.whatsapp.com/E7C7aHXfp3B0V8zZfdp6xd		מנחה הדסה בן טולילה
5	שידוכים לאלמנים, אלמנות וכהנים	https://chat.whatsapp.com/D7d2z4JtyN8H3oUakeTqt9		מנחה הדסה בן טולילה
6	לקראת פרק ב עד 45	https://chat.whatsapp.com/IOsRBpLGVcx5lES7dnm7Qf		מנחה הדסה בן טולילה
7	לקראת פרק ב מעל 45	https://chat.whatsapp.com/KPrkV3FQYwxB3oAfGQ9821		מנחה הדסה בן טולילה
8	לקראת פרק ב 55-70	https://chat.whatsapp.com/I44OoyGC12e7S7MUxCvxuN		מנחה הדסה בן טולילה

2

המשך

קבוצות וואטסאפ להעלת פרופילים

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
9	דוברי אנגלית -38 60	https://chat.whatsapp.com/CIkJWWqgmO8ElMT3cdJrEX		מנחה הדסה בן טולילה
10	לשדך בע"ה	https://chat.whatsapp.com/IPUrsjfJUm056hKGyDph5E	ניתן להעלות פרופיל בקבוצה כ250 שדכנים ומשודכים	מנחה אחינעם לב נוי
11	טובים השניים מיזם שידוכים	052-742-9904	לפנות להיכרות ראשונית	שדכנית מוריה עובד
12	איילת אהבים	052-678-1433	קבוצה לנשים בלבד. מעלים פרופילים של גברים לא להוצאה מהקבוצה. הצטרפות לאחר אישור מנהלת הקבוצה	מנהלת איילה בדני
13	פרויקט 252 – בשעה טובה פרק ב	https://lp.vp4.me/p57e		צוריאל גביזון
14	קורעים את הים שלב ב	https://chat.whatsapp.com/CEGkmiMVvVqDh1VWURA1iv		
15	פרק ב לציבור התורני	https://chat.whatsapp.com/EFMMOroBEM9KoVKwDHgTUz		
16	שידוכי פרק ב	לפנות לשמוליק 0545776222	פרטים בלבד ללא תמונה. קובץ משודכים מעודכן כל חודש	

3 קבוצות וואטסאפ לאירועי פופ

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
17	קבוצת ואטספ לתמיכה לאלמנים ואלמנות - חברים טובים באמצע הדרך.	מכניסה - עטרה אנגל 052-3276734		טיפ: בארוע פופ מומלץ לעמוד לבד כדי שיוכלו לגשת אליכם. ללכת לשרותים לפני ההפסקה
18	מה עושים היום עם\בלי?	https://chat.whatsapp.com/BEnJY6ml9SeEqckBcIErz8		מנחה רחלי איינסדורפר
19	שבתות חברים בשמחה	https://chat.whatsapp.com/KWjWRzXRlbV2hRZGRYIXD3		
20	שבתות ביפו אצל קובי	https://chat.whatsapp.com/BiNWg6xKFalLrsltMyD17q		מארגן קובי סופר
21	שליש גן אודי	052-220-3986	לחברים ירושלמים אחרי סינון , קבוצה חברתית וגם הכרויות	מוביל אודי גפן
22		https://chat.whatsapp.com/GljNPTCGEuaFEtZOMu3IxK	אלדד כהן	



שדכניות

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
23	רחלי הומינר	http://Habeer.co.il	מראיינת .באתר שלה יש צוות מראיינים	
24	יעל רשף	אתר zivoogwww.zivoog4life	מאמנת ושדכנית. מתרכזת עד גיל 45	יעל רשף
25	רינתיה שלומאי	050-3277666	פרק ב	
26	הדסה מלר בן טולילה	050-8757257	40 פלוס, פרק ב	
27	טובי איינהורן	054-2092109	גם מאמנת ושדכנית	
28	דניאל אפשטיין	052-746-2060www.premiumshachan.net	מחוסנים\לא מחוסניםדוברי אנגלית, בתשלום	
29	איילה שביט	0507460634	גם פרק ב	

אפליקציות

5

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
30	אלגו	הירשמו לאלגו! פשוט שילחו לו הודעה - הנה, ממש כאן: wa.me/9725594 44337?text=היי	לפי אלגוריתם, ממלאים פרטים בואטספ	
31	מאטצרס האפליקציה	https://www.ma /tchers.ai	עפ חברים ממליצים ואלגוריתם	

6 אתרי היכרויות

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
32	הבאר	Habeer.co.il	חדש, אימות נתונים	מנוהל על ידי רחלי הומינר
33	שליש גן עדן	בגוגל פליי להכניס שליש גן עדן ולהוריד אפליקציה	מאגר ענק	
34	7 ברכות	בגוגל פליי להכניס 7 ברכות הידברות ולהוריד אפליקציה	חינמי	
35	Sawyouatsinai	sawyouatsinai.com	השידוך מתבצע שדכנים. בעיקר לדוברי אנגלית . יש גם ישראלים	כדאי לבחור לפחות 2 שדכנים\ שדכניות
36	חיבורים וגם ספידייט בזום	Chiburim.co.ilhttps://coronacrush.co/chiburim	תשלום חד פעמי מקבלים מאמן 37 מפגשיםארועיםספידייט בזוממנכלית יעל שפירא	רשומים חדשים עד גיל 45, יש גם דתל"שים, חרדים, צרכים מיוחדים ודוברי אנגלית
37	איחודים	Zivoog4life		מנוהל על ידי יעל רשף
38	שגרירים בלב	https://www.shagririm.org.il	צריך למצוא חבר\חברה שיהיו עבורכם שגרירים	יוזם הרב יוסף צבי רימון
39	פרויקט 252	https://252project/ct.co.il	ממשק תוכן על זוגיותזומדייט, ארוע צילומים, תכנים לפופ ,כנסים ואזור היכרות	צוריאל גביזון וגבי דניאל
40	קורעים את הים	https://kriat-hayam.co.il/	מאגר חינמלשם שמיים	

7 קבוצות פייסבוק

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
41	Points of contact		קבוצה בפייסבוק שניתן להעלות שם פרופילים דרך חבר או חברה שממליצה עליכם	
42	חבריא ג	https://www.facebook.com//groups/509567672841679		
43	הזדמנות שנייה	https://www.facebook.com//groups/870956149594110		
44	Divorced with kids in Israel social events	https://www.facebook.com/groups/116957881987950		
45	SDEI- Single Again Dati Entertainment Israel	https://www.facebook.com//groups/493763781015216		
46	Dati Single Again Israel	https://www.facebook.com/groups/1789362427778571		
47	JICIIsrael	https://m.facebook.com/JICNYIsrael/groups/?ref=page_internal&mt_nav=0	Jewish International Connections	יוזמת גודי סמואלס
48	בצל האובדן	https://www.facebook.com//groups/almanim	לאלמנים ואלמנות יותק קבוצת תיכה לקבוצת השווים	בהנהלת אבי אופיר
49	לפי תחומי ענין	רצה,טיוים, חובבי אומנות , שירה , וכו		

8

מאמנים לחתונה וליווי מומלצים

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
50	שירת מלאך	יועצת ומלווה מבקשי זוגיות 0545450285		
51	יעל רשף-איחודים	שדכניות ומאמנות 054-5469766		
52	יצחק מנדלבאום	מטפל ומילד זוגות		
53	הרב חגי ניר	052-8622339		
54	הדסה בן טולילה	מלווה בתהליך מציאת הצעות ומלווה בתהליך בניית קשר זוגי מהדייט הראשון ועד לנישואין	ליווי בואטספ	
55	פרויקט 252	2252project.co.il מגוון הרצאות של המאמנים הטובים לזוגיות ברשת, כנסים לפו"פ ועוד	מנוי	צוריאל גביזון וגבי דניאל

9 תמונות לפרופילים

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
56	מיזם תמונא	https://avigailphoto.wixsite.com/tmuna		רחל איינסדורפר
57	יום צילומים רמת גן	https://forms.gle/PnLtBrev2PHxAGxT6		
58	פרויקט252	מידי שנה מעלים פרסום במרץ ליעלת חן יום צילומים		

דרכים יצירתיות להכיר ולהכניס את הרשימות

מספר	דרך	טלפון\כתובת	יתרונות	הערות
59	ערבי משחק והכרות	050-8757257		הדסה בן טולילה
60	רשימת ה100	לעשות רשימה של 100 אנשים שאולי מכירים את הזיווג שלכם	לשלוח פרופיל	
61	מכרים חדשים	בלי בושה להגיד לכל מי שאתם פוגשים שאתם מחפשים אהבה	לשלוח פרופיל מיד	
62	להתחיל עם מישהי\הו	צעד נועז אך לפעמים שווה		



זה הרגע שלך

הגענו לרגע בו קראת והכרת את כל האפשרויות.
והנה האצבע עדיין טיפה רועדת, מפחדת להקיש על כפתור ההצטרפות לקבוצת הוואטסאפ, הלב מתהפך אי שם בגוף כמה פעמים מהמחשבה להעלות פרופיל שלנו באחת מהפלטפורמות, הידיים מזיעות והגוף בוגד בנו.
זה קורה וקרה לכולנו, זה קורה כי אנחנו הולכים לעשות משהו שמרגיש שקצת יוצא משליטתינו. מי יודע לאן התמונה שלנו תגיע ותסתובב בואטסף או ברשתות.
אבל ויש פה אבל גדול, יש לנו בחירה על התנועה לעבר האושר שלנו ולעבר חיים מחודשים.
יש לנו אפשרות לבחור לחיות באור. כי יתכן מאוד שאי שם, בצד השני, הזיווג שלנו מחכה לנו. אל תתנו לו לחכות הרבה זמן. בואו נתבל את החיים שלנו בטעמים חדשים שיעירו את כל הרגשות שלנו. בואו נתן לעצמינו הזדמנות למצוא ולהמצא.

שלכם,
הדסה בן- טולילה

הדסה מלר בן טולילה | מנחת קבוצות ומלווה לפרק ב' | 050-8757257