



**מכינה קדם צבאית "נחשון" - המדרשה הישראלית למנהיגות חברתית**  
**מחזור כ"ד - שובל, 2020, התשפ"א, שבוע אמצע הדרך**

יום ו' 22.01.2021, ט' בשבט	יום ה' 21.01.2021, ח' בשבט	יום ד' 20.01.2021, ז' בשבט	יום ג' 19.01.2021, ו' בשבט	יום ב' 18.01.2021, ה' בשבט	יום א' 17.01.2021, ד' בשבט	קפסולה	
נטע	לייה	שחר	שחר	אדיר	לייה	רותם	מנחה תורן
אדיר	אדיר	לייה	נטע	נטע	שחר	שיטה	מנחה תורן
	שחר וענבל	נטע	לייה ואדיר				חופש
דניאלה וגיאפז						רותם	תורני מליאה
ים ונועה טוט						שיטה	תורני מליאה
יאיר ואור	נגה ופולס	שקד וירין	רוני ואביב	מעייין ואופדיסנו	ליאור ועמית	רותם	תורנים
הילה ורועי	שירי ויותם	גילי ועומר	ים ואלה	נעה טוט ואור	יונתן ואסממו	שיטה	תורנים
<b>בוקר טוב + סדר ונקיון המכינה</b>							7: 15
<b>ארוחת בוקר</b>							7: 45
8: 15 סיכום שבוע + פ"ש (קורן) 9: 00 הצגת מסקנות משוברים – למידה	בוקר ויפאסנה	7: 15 בוקר טוב + מדידת חום 7: 30 אימון גופני 8: 30 ארוחת בוקר והתארגנות	זה מאבק של נשים?:- ענבל	7: 15 בוקר טוב+ מדידת חום 7: 30 אימון גופני 8: 30 ארוחת בוקר והתארגנות	פתיחת שבוע 9: 15 מילוי משובי אמצע	רותם	8: 30
8: 15 נקיונות	בוקר ויפאסנה	7: 15 בוקר טוב + מדידת חום 7: 30 אימון גופני 8: 30 ארוחת בוקר והתארגנות	אימון גופני	נקיונות חדרים ופינוי ציוד אישי	המשך כתיבת מכתבים	שיטה	
<b>הפסקה</b>							
10: 00 נקיונות	בוקר ויפאסנה	זאביק	זאביק	9: 15 נקיונות חדרים+ פינוי ציוד אישי מהחדרים 10: 30 חלוקה מחדש והתמקמות בחדרים	10: 00 זמן חוליות	רותם	9: 45
9: 15 סיכום שבוע + פ"ש 10: 00 הצגת מסקנות משוברים – למידה 11: 00 הפסקה	בוקר ויפאסנה	מעגל הזהב – אדיר	זה מאבק של נשים?:- ענבל	10: 30 חלוקה מחדש והתמקמות בחדרים	פתיחת שבוע 10: 30 מילוי משובי אמצע	שיטה	
<b>הפסקה</b>							11: 00
11: 00 חוליית שבת 12: 15 ארוחת צהריים והפסקה	כתיבה יוצרת – לספר את סיפור חיי	מעגל הזהב – אדיר	מראה לעתיד – קבוצה	התמקמות בחדרים	המשך כתיבת מכתבים	רותם	11: 30
11: 15 חוליית שבת 12: 30 ארוחת צהריים והפסקה	פסיכופתים – אלה	זאביק	זאביק	התמקמות בחדרים	זמן חוליות	שיטה	
<b>ארוחת צהריים, הפסקה וזמן עבודה על פרויקטים</b>							13: 00
<b>זמן מובילי יום</b>							15: 45
You've got a friend in me - ליה	פעילות קהילתית	14: 00 תיאום קריאת מכתבים	15: 30 מנהיגות יהודית בשואה- גלעד 16: 30 הפסקה	15: 30 אקטואליה – פוליטיקה		רותם	16: 00
אקטואליה	כתיבה יוצרת - לספר את סיפור חיי	15: 00 תיאום קריאת מכתבים	15: 00 מעגל החיים של המוצר – קיימות 16: 15 הפסקה	אחמא"ק – ל.ל.ל - נטע		שיטה	
<b>הפסקה</b>							17: 15
	אימון גופני	ח"כ נפתלי בנט (zoom)	מיקישלישי חגיגי – זמן דייטים	18: 00 התארגנות לערב הורים 19: 00 ערב הורים	אחמא"ק – ל.ל.ל - נטע	רותם	17: 45

	אימון גופני	ח"כ נפתלי בנט (zoom)	זמן דייטים	16:30 מנהיגות יהודית בשואה- גלעד 17:30 הפסקה 18:00 התארגנות לערב הורים 19:00 ערב הורים	תעשיית הפורנו – למידה	שיטה	
ארוחת ערב							19:00
	פעילות חוליית קבוצה	המקלדת	שיחת קבוצה – חדרים חדשים	20:15 ארוחת ערב 21:00 מסע אל עצמי	הכר את הצוות	רותם	20:00
	פעילות חוליית קבוצה	שיחת קבוצה - רפלקציה	המקלדת	20:15 ארוחת ערב 21:00 הכר את הצוות	מסע אל עצמי	שיטה	
עיבוד יום + תדרוך יומי למחר							21:15-21:45

”בלילה ההוא, כאשר ישבתי לבדי בחדר הדוממות והתבוננתי אל הכוכבים - החלטתי בלבי, כמעט נדדתי נדר - להקדיש ערב-ערב רגע אחד, רגע קט ויחיד ליפי הזה הזרח...”  
(זלדה)