



מכינה קדם צבאית "נחשון" - המדרשה הישראלית למנהיגות חברתית
מחזור כ"ד הראשון, שובל, 2020, התשפ"א, שבוע 7 בסימן חקלאות ופנים משולב קפסולת רותם

יום ו' 16.10.2020 כ"ח תשרי	יום ה' 15.10.2020 כ"ז תשרי	יום ד' 14.10.2020 כ"ו תשרי	יום ג' 13.10.2020 כ"ה תשרי	יום ב' 12.10.2020 כ"ד תשרי	יום א' 11.10.2020 כ"ג תשרי	
שחר	נטע	שחר	נטע	שחר	נטע	מנחה תורן
חוליית שבת					קזנר ונעמה	מובילי יום
שקד ויובל	קורן ומיה ש	מיכאל ומאיה י	רוני וגיאפז	רסקי וקורל	שחר א ומעיין	תורנים
"בוקר טוב" + סדר ונקיון המכינה						7:00
ארוחת בוקר						7:45
6:30 אימון גופני (כולל מדידת חום) 7:30 ארוחת בוקר ומקלחות	למידה	7:15 בוקר טוב 7:45 אימון גופני 8:45 מקלחות + א. בוקר	4:30 בוקר טוב + מדידת חום 4:45 "פת שחרית" + הכנת סנדויצים 5:15 נסיעה לעבודה חקלאית 6:00 תחילת עבודה 9:30 הפסקה וארוחת בוקר 10:00 המשך עבודה 12:00 פריסת צהריים 13:30 סיום עבודה ונסיעה לשובל 14:00 מקלחות ומנוחה	4:30 בוקר טוב + מדידת חום 4:45 "פת שחרית" + הכנת סנדויצים 5:15 נסיעה לעבודה חקלאית 6:00 תחילת עבודה 9:30 הפסקה וארוחת בוקר 10:00 המשך עבודה 12:00 הפסקת צהריים ומנוחה 14:00 סיור מונחה במקום 16:00 המשך עבודה 18:30 סיום עבודה ונסיעה לשובל		8:30
הפסקה						9:30
8:30 סכום שבוע ופי"ש 9:45 נקיונות והכנה לשבת 11:00 חוליית שבת 12:00 הפסקה 12:15 הכנה לשבוע חקלאות – קהילה 13:30 ארוחת צהריים	שומרי משפט – ארהלה	Black lives matter - נעמה				9:45
הפסקה						11:00
	אמונות טפלות ומאין הן באו – ידה"א	מלחמת יום הכיפורים – זאביק				11:30
ארוחת צהריים, הפסקת צהריים, זמן עבודה על פרויקטים						12:45
זמן מובילי יום						15:45
14:30 מנוחה לקראת שבת	לחץ והדרך להתמודד איתו – ידה"א	בריאות הנפש - קבוצה				16:00
הפסקה						17:15
	17:30 ערב צבא 20:00 ארוחת ערב	בריאות פיזית – קבוצה	17:30 זמן מובילי יום 18:00 ארוחת ערב			17:45
ארוחת ערב						19:00
שבת פרשת בראשית כניסת שבת- 17:48 צאת השבת – 18:43 שבת שלום!	20:45 סיכום פאנל צבא	סרט + דיון – ידה"א	19:00 פעילות חברתית - קבוצה	19:00 א. ערב		20:00
21:15 עיבוד יומי + תדריך למחר			20:15 עיבוד יומי + תדריך למחר	20:00 עיבוד יומי + תדריך למחר	20:45 תדריך למחר	21:15-21:30

"לתת כמו הפרחים, מפיצים ריח לכולם: בלי חשבונות, בלי תמורה, סתם משום שהם פרחים" (אסתר קל)