**המכינה הקדם צבאית "נחשון" - המדרשה הישראלית למנהיגות חברתית**

**מחזור ט"ז הראשון, התשע"ג, שבוע 23, שבוע בנושא בריאות!!**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| שעהמנחה תורןמובילי יוםתורנים | יום א' – 2\3כ"ג שבטעמריחןדור+תומר | יום ב'-2\4כ"ד שבטטלניצן אצוקר+נוי | יום ג'- 2\5כ"ה שבטתהילהעפרי אאיתי ג+אביה | יום ד'- 2\6כ"ו שבטעמריהדריותם+ניצן ג | יום ה'-2\7כ"ז שבט לאונידעדי ויובל+יובל | יום ו'- 2\8כ"ח שבטתהילהנעמהמוקד+מירב |
| 7:00 |  ***השלמת בראור ארוחת בוקר***  |
| 7:20 |  |  |  ***שחרית*** |  |  ***שחרית*** |  |
| 8:00 |  | לאה שקדיאל | שמעוןפילוסופיה | חוליית יו"ש-משבצת הכנה | סיכום שבועח.בריאות | חמשוש מועמדים |
|  9:15 | ***הפסקה*** |
| 9:30 | ***זמן מובילי יום*** |
| 9:45 |   | מד"ס | **ש.מ לאוניד** | ח.קבצהגיבוש חדרים | זאביקהכנה לי"וש | חמשוש מועמדים |
| 11:00 | ***פריסת בוקר*** |
| 11:30 | 14:00נפגשים במצודת יואב | אופירה כץ-שופן: "תזונה בריאה" | **יום ספורט****ח.ספורט** עד 13:30 | מד"ס | גיוסים  הכנות לחמשוש | יציאה לשבת יו"ש |
| 13:00 |  תיאום 14:45 ***ארוחת צהריים והפסקה***  |
| 16:00 | 14:00 זמן מוביל יום  14:30- שיחה: אסף פרימדרשה ומעשה- שנה ב' | ***זמן אקטואליה*** |
| 16:15 | יואב אסא"התמודדות עם קשיים" | פעילות תורמת | זאביק- ירושלים שלי | חמשוש  | **שבת שלום: שבת י"וש** |
| 17:30 | ***פריסת ערב*** |
| 18:00 | 16:00 קשר יהודי: יו"ע "הגנה על העם" | רענון ניווטים | פעילות תורמת |  אילנה צוררפואה אלטרנטיבית | חמשוש | **שבת י"וש** |
| 19:30 | ***ארוחת ערב*** |
| 20:30 | כאמל אלגברייה- גיוס ערבים לצה"ל23:00 חזרה לשובל | חוליות | אלי בר-אור, חבר עמותת נחשון | ש"ח: מירב-"סיפור אישי" צור – "סמים בספורט" | חמשוש | **שבת י"וש** |
| 22:00 | ***עיבוד יומי, תדרוך למחר וזמן הודעות***  |