פותחים שבוע • נפרדים משבוע – תיכון (י׳–י״ב) • ממלכתי • חלק ב: מ־31.1 עד 2.7.2027

חוברת שנתית למורה: לכל שבוע ערך, סיפור, שאלות, חידה, מטרות ומעגל סיכום

איך משתמשים: ביום ראשון פותחים את מצגת "פותחים שבוע", וביום שישי את "נפרדים משבוע". החוברת מרכזת את כל התוכן כדי שאפשר יהיה להתכונן מראש או לעבוד בלי מסך.

התאריכים העבריים והפרשות חושבו אוטומטית – לוודא מול לוח השנה של בית הספר.

ענווה – שבוע 31.1 עד 5.2.2027 • כ״ג שבט תשפ״ז

להכיר בכוחות שלנו בלי להתנשא, ולהשאיר מקום גם לאחרים • המשפט של השבוע: "מי שיודע הרבה יודע גם כמה עוד אפשר ללמוד"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: ענווה היא לא להקטין את עצמנו ולא להעמיד פנים שאיננו טובים במשהו. היא היכולת לראות את עצמנו בגודל הנכון – עם הכוחות ועם הגבולות. טל קיבל פרס על עבודה, וגילה שהוא מתבייש לספר. האם הסתרה היא ענווה, או סוג אחר של פחד?

- מה ההבדל בין ענווה לבין חוסר ביטחון?
- איך מקבלים מחמאה בענווה, בלי לבטל אותה?

✨ מילים לחיים: "עזב תעזב עמו" (שמות כג, ה)

התורה מבקשת לעזור להרים משא גם למי שאנחנו לא מסתדרים איתו. עזרה אמיתית לא תלויה רק במי שאנחנו אוהבים. השבוע נסו להושיט יד גם למי שהוא לא החבר הכי קרוב שלכם.

שאלה: למה לפעמים קשה יותר לעזור למי שאנחנו לא מסתדרים איתו?

חידה: אבא של שירה כתב: יש לי חמש בנות – ננה, נני, נינו, נונו, ו... מה שמה של הבת החמישית? (תשובה: שירה)

מטרות: לקבל מחמאה במילה תודה בלי לבטל אותה • לבקש משוב ממישהו שיודע יותר ממני • לומר אני לא יודע או לא יודעת – כשזו האמת

נפרדים משבוע

- מי שרוצה – ספרו על הצלחה של השבוע ועל מי שעזר לכם להגיע אליה
- למי אתם רוצים להודות על עזרה שקטה שאולי אף אחד לא ראה?
- העבירו מחמאה למישהו שעזר בשקט, בלי לבקש תשומת לב
- מה למדתי השבוע ממישהו אחר בכיתה?
- שיהיה לכולנו סוף שבוע שקט ונעים, עם הרבה רגעים של יחד
- חשבו בשקט על דבר אחד שאתם טובים בו ועל דבר אחד שאתם עוד לומדים – שניהם בסדר גמור

אופטימיות – שבוע 7.2 עד 12.2.2027 • ל׳ שבט תשפ״ז

להאמין שדברים יכולים להשתפר, ולחפש את הטוב גם ביום קשה • המשפט של השבוע: "גם ביום אפור

מסתתרת קרן שמש קטנה – רק צריך לחפש"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: אופטימיות אמיתית היא לא להעמיד פנים שהכול בסדר. היא לראות את הקושי בעיניים פקוחות, ועדיין להאמין שיש לנו השפעה על מה שיבוא. דניאל שם לב שכשהוא אומר אין סיכוי – הוא גם מפסיק לנסות. האם אופטימיות היא הרגשה, או בחירה שעושים שוב ושוב?

- מה ההבדל בין אופטימיות לבין התעלמות מבעיות?
- איך מחשבה על העתיד משפיעה על מה שאנחנו עושים היום?

✨ מילים לחיים: "אשר ידבנו לבו" (שמות כה, ב)

את המשכן בנו מנדבות שכל אחד נתן מרצונו, לפי מה שהלב שלו רצה. נתינה אמיתית באה מבפנים ולא מחובה. השבוע אפשר לתת משהו קטן – זמן, חיוך, עזרה או רעיון – רק כי בא לכם.

שאלה: מה הדבר שהכי כיף לכם לתת לאחרים?

חידה: מילה בת שתי אותיות, שפירושה ההפך מטוב. קראו אותה מהסוף להתחלה – ותקבלו מילה שמתארת מי שלא ישן. מהן שתי המילים? (תשובה: רע ו־ער)

מטרות: לזהות מחשבה אחת של אין סיכוי ולבדוק אם היא באמת נכונה • לתכנן צעד קטן אחד לשיפור מצב שמטריד אותי • לשתף מישהו בחדשה טובה השבוע

נפרדים משבוע

- מי שרוצה – שתפו ברגע השבוע שהתחיל לא טוב והסתיים טוב יותר
- למי אתם רוצים להודות על כך שהרים לכם את מצב הרוח?
- העבירו מחמאה על חיוך, על עידוד או על מילה טובה שקיבלתם השבוע
- מה למדתי השבוע על הדרך שבה אני מסתכל או מסתכלת על דברים?
- שיהיה לכולנו סוף שבוע מואר, עם דבר טוב אחד שנחכה לו
- נשמו פנימה תקווה, נשפו החוצה דאגה, ותנו לשבוע הבא להגיע בנחת

שמירה על הסביבה – שבוע 14.2 עד 19.2.2027 • ז׳ אדר א׳ תשפ״ז

לדאוג לטבע, לאוויר, למים ולמקום שבו אנחנו חיים, היום ולמען הדורות הבאים • המשפט של השבוע: "כדור הארץ הוא הבית היחיד שלנו – בואו נשמור עליו יחד"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: קל להרגיש שבעיה בגודל של כדור הארץ גדולה מדי בשביל אדם אחד. ובכל זאת, הרגלים קטנים של הרבה אנשים מצטברים לשינוי גדול. מיכאל תוהה אם שווה לו לוותר על נסיעה ברכב לטובת אופניים. איפה עובר הגבול בין אחריות אישית לבין אחריות של כולנו יחד?

- האם פעולה של אדם אחד יכולה באמת לשנות?
- מה ההבדל בין שינוי הרגלים לבין שינוי תודעה?

✨ מילים לחיים: "לכבוד ולתפארת" (שמות כח, ב)

בגדי הכהן נעשו בהקפדה, לכבוד ולתפארת. הכבוד אינו רק בבגדים, אלא בדרך שבה אנחנו מתנהגים ומתייחסים זה לזה. השבוע נשים לב איך המילים והמעשים שלנו מכבדים את עצמנו ואת האחרים.

שאלה: איך מראים כבוד לאחרים בלי מילים?

🧩 חידה: אגם מתמלא בצמחי מים. כל יום השטח שהם מכסים מכפיל את עצמו, וביום ה־30 האגם כולו מכוסה. באיזה יום היה חצי מהאגם מכוסה? (תשובה: ביום ה־29)

🎯 מטרות: לחשב כמה זמן אני מתקלח ולנסות לקצר בשתי דקות • להחליף נסיעה אחת ברגל או באופניים • לבדוק לפני קנייה: האם אני באמת צריך או צריכה את זה?

נפרדים משבוע

- ☆ מי שרוצה – ספרו על מעשה ירוק אחד שעשיתם או ראיתם השבוע
- 🙏 למי אתם רוצים להודות על כך שעזר לשמור על הכיתה או על החצר נקיים?
- 💗 העבירו מחמאה למי שראיתם דואג לסביבה – גם בדבר קטן
- 💡 מה למדתי השבוע על הטבע ועל ההשפעה שלי עליו?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע עם אוויר צח, טבע ירוק ורגע בחוץ
- 🌙 דמיינו עץ גדול ושקט, הקשיבו לרוח בעלים, ונשמו עמוק כמוהו

🤲 ערבות הדדית – שבוע 21.2 עד 26.2.2027 • י״ד אדר א׳ תשפ״ז

התחושה שכולנו קשורים זה לזה, ושכל אחד ואחת אחראים גם לטובת האחרים • המשפט של השבוע: "כשאחד נופל, כולנו מושיטים יד – ככה בונים כיתה חזקה"

פותחים שבוע

סיפור לשיחה: ערבות הדדית היא רעיון עתיק: מה שקורה לאחד משפיע על כולם. אבל בחיים העמוסים קל לחשוב שזה לא התפקיד שלי. מיכאל שם לב שתלמידה בשכבה נעלמה מהקבוצה ומהשיעורים כבר שבוע. האם לפנות אליה, לספר למבוגר, או להניח שמישהו אחר כבר טיפל בזה?

- למה אנחנו לפעמים מניחים שמישהו אחר יטפל?
- איפה עובר הגבול בין דאגה לחבר לבין התערבות בחייו?

✨ מילים לחיים: "העשיר לא ירבה" (שמות ל, טו)

במחצית השקל כולם נתנו אותו סכום – לא העשיר יותר ולא העני פחות. כל אחד נספר בדיוק באותה חשיבות. השבוע נזכור שבכיתה שלנו לכל אחד ואחת יש מקום שווה, בלי קשר למה שיש להם.

שאלה: מה עוזר לכל אחד בכיתה להרגיש שהוא שווה וחשוב?

🧩 חידה: צריך להעביר זאב, עז וכרוב לצד השני של הנהר בסירה שמכילה רק דבר אחד מלבד המשיט. אסור להשאיר זאב עם עז, ולא עז עם כרוב. כמה מעברים לפחות צריך? (תשובה: 7 מעברים: עז, חזרה, זאב, חוזרים עם העז, כרוב, חזרה, עז)

🎯 מטרות: לפנות למישהו שנראה מנותק ולשאול מה שלומו • להתנדב שעה אחת למען הקהילה • לספר למבוגר כשאני דואג או דואגת למישהו

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מי שרוצה – ספרו על רגע השבוע שבו מישהו דאג לכם או שאתם דאגתם למישהו
- 🙏 למי אתם רוצים להודות על כך שהיה שם בשבילכם השבוע?
- 💗 העבירו מחמאה על רגע שבו מישהו חשב על האחר ולא רק על עצמו
- 💡 מה למדתי השבוע על הכוח של כיתה שדואגת לכל אחד ואחת?
- 🏘️ שיהיה לכולנו סוף שבוע חם ומחבק, עם אנשים שאכפת להם מאיתנו
- 🌙 הסתכלו סביב המעגל וחשבו: כל מי שיושב כאן הוא חלק מאיתנו, ואנחנו חלק ממנו

🌈 קבלת השונה – שבוע 28.2 עד 5.3.2027 • כ״א אדר א׳ תשפ״ז

לכבד ולקבל אנשים שונים מאיתנו במראה, במנהגים, ביכולות ובדעות • המשפט של השבוע: "כמו בפאזל – דווקא החלקים השונים יוצרים תמונה שלמה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: קל לקבל את מי שדומה לנו. המבחן האמיתי הוא לקבל מי שחושב, מתנהג או חי אחרת – גם כשזה מעורר בנו אי־נוחות. דניאל מגלה שחברה טובה שלו מחזיקה בדעות שונות מאוד משלו. האם אפשר להיות קרובים גם כשלא מסכימים?

- מה ההבדל בין לקבל אדם לבין להסכים עם כל מה שהוא חושב?
- מה עוזר לנו להקשיב באמת למי ששונה מאיתנו?

✨ מילים לחיים: "וכל אשה חכמת לב" (שמות לה, כה)

נשים חכמות לב טוו בידיהן את החוטים למשכן, וכל אחד ואחת תרמו בכישרון שלהם. לכל אחד ואחת יש כישרון מיוחד שאפשר להביא לקבוצה. השבוע נחפש את חכמת הלב שבנו ובחברים שלנו.

שאלה: איזה כישרון שלכם יכול לעזור לכיתה?

🧩 חידה: לנועה, לטל ולאדל טעם שונה: כל אחד אוהב פרי אחר – תפוח, בננה או ענבים. נועה לא אוהבת בננה ולא ענבים. טל לא אוהב בננה. איזה פרי אוהבת אדל? (תשובה: בננה (נועה – תפוח, טל – ענבים, אדל – בננה))

🎯 מטרות: לשוחח עם מישהו שחושב אחרת ולנסות להבין את הנימוקים שלו • לשים לב לדעה קדומה אחת שלי ולבדוק אותה • לקרוא סיפור או מאמר מנקודת מבט של תרבות אחרת

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מי שרוצה – שתפו בדבר חדש שגיליתם השבוע על מישהו שונה מכם
- 🚀 למי אתם רוצים להודות על כך שקיבל אתכם בדיוק כמו שאתם?
- 💝 העבירו מחמאה על משהו מיוחד ושונה שאתם אוהבים אצל חבר או חברה
- 💡 מה למדתי השבוע מאדם שחושב או חי אחרת ממני?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע צבעוני, מלא באנשים, בטעמים ובמנהגים מגוונים
- 🌙 חשבו בשקט: מה מיוחד בי? ואיזה כיף שכל אחד כאן מיוחד בדרך משלו

🎁 נדיבות – שבוע 7.3 עד 12.3.2027 • כ״ח אדר א׳ תשפ״ז

לתת מכל הלב – זמן, עזרה, מילה טובה או חפץ – בלי לצפות לתמורה • המשפט של השבוע: "מה שנותנים באהבה – חוזר אלינו כחיוך"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: יש נדיבות שקטה ויש נדיבות שמחפשת מחיאות כפיים. דניאל תורם שעה בשבוע לעזור לילדים בשיעורי בית, ומתלבט אם לספר על זה בפומבי כדי לעודד אחרים, או לשמור את זה לעצמו. האם הכוונה משנה את ערך המעשה?

- האם נדיבות צריכה להיות סודית כדי להיות אמיתית?
- איך נותנים בלי לגרום למקבל להרגיש קטן?

✨ מילים לחיים: "ויכל משה את המלאכה" (שמות מ, לג)

אחרי עבודה ארוכה ומפורטת משה מסיים את בניית המשכן. לסיים משהו עד הסוף נותן תחושה נהדרת. השבוע נבחר משימה אחת שהתחלנו ונשלים אותה, ונשמח בהצלחה הקטנה.

שאלה: מה המשימה שהכי תשמחו לסיים השבוע?

🧩 חידה: שני אבות ושני בנים חילקו ביניהם בנדיבות שלושה תפוחים, וכל אחד מהם קיבל תפוח שלם אחד. איך זה ייתכן? (תשובה: היו שם רק שלושה: סבא, אבא ובן – האבא הוא גם אב וגם בן)

🎯 מטרות: לתרום שעה אחת לפעילות קהילתית • לפרגן בפומבי להצלחה של מישהו אחר • למסור בגדים או ספרים שאני כבר לא צריך או צריכה

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מי שרוצה – ספרו על מתנה קטנה, מעשה או מילה שנתתם או קיבלתם השבוע
- 🙏 למי אתם רוצים להודות על משהו שנתן לכם השבוע בלב רחב?
- 🤍 העבירו מחמאה על רגע של נתינה שראיתם בכיתה
- 💡 מה למדתי השבוע על התחושה של לתת?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע מלא ברגעים של נתינה ושל חיבוקים
- 🌙 נשמו עמוק ודמיינו שאתם שולחים חיוך שקט לכל מי שיושב כאן במעגל

🎄 שליטה עצמית – שבוע 14.3 עד 19.3.2027 • ה׳ אדר ב׳ תשפ״ז

לעצור רגע לפני שמגיבים, ולבחור איך לפעול גם כשהרגשות חזקים • המשפט של השבוע: "בין מה שקרה לבין מה שאעשה – יש נשימה אחת שלי"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: שליטה עצמית היא לא דיכוי של רגשות, אלא היכולת לתת להם מקום בלי שהם ינהלו אותנו. מאיה יודעת שמחר יש לה מבחן חשוב, וחברים מזמינים אותה לבילוי מפתה. היא מתלבטת בין הרצון של עכשיו לבין המטרה של אחר כך. איך בוחרים בלי להרגיש שמפספסים את החיים?

- מה ההבדל בין שליטה עצמית לבין הדחקה של רגשות?
- איך מאזנים בין הנאה של עכשיו למטרה רחוקה?

✨ מילים לחיים: "והשיב את הגזלה" (ויקרא ה, כג)

התורה מלמדת שמי שלקח משהו שלא שלו צריך להחזיר אותו. לתקן זה יותר מלהגיד סליחה – זה לעשות מעשה. השבוע נחשוב אם יש משהו שכדאי להחזיר או לתקן, גם דבר קטן כמו עט שנשאל.

שאלה: מה ההבדל בין להתנצל לבין לתקן?

🧩 חידה: בריצה ארוכה אתם עוקפים ברגע האחרון את מי שרץ במקום השני. באיזה מקום אתם עכשיו? (חשבו רגע לפני שעונים!) (תשובה: במקום השני – לא הראשון)

🎯 מטרות: לבחור הרגל אחד שאני רוצה לצמצם ולעקוב אחריו • לתרגל דקה של נשימה מודעת כל בוקר • לדחות סיפוק אחד לטובת מטרה שחשובה לי

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מי שרוצה – ספרו על רגע השבוע שבו עצרתם לפני שהגבתם
- 🚀 למי אתם רוצים להודות על כך שעזר לכם להירגע ברגע קשה?
- 💗 העבירו מחמאה למי שראיתם מגיב ברוגע ובסבלנות השבוע
- 💡 מה למדתי השבוע על הרגשות שלי ועל מה שעוזר לי להירגע?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע רגוע ונינוח, עם זמן לנוח באמת
- 🌙 נשמו פנימה בארבע, החזיקו בארבע, נשפו בארבע – והרגישו את הגוף נרגע

🔁 גמישות מחשבתית – שבוע 21.3 עד 26.3.2027 • י״ב אדר ב׳ תשפ״ז

היכולת לשנות תוכנית, לראות דברים מכמה צדדים ולמצוא פתרון חדש • המשפט של השבוע: "כשהדרך נחסמת – מחפשים שביל אחר, לא מוותרים על היעד"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: לפעמים אנחנו נאחזים בתוכנית או בדעה רק כי כבר השקענו בה. גמישות מחשבתית היא לא חוסר עמדה – היא נכונות לבדוק מחדש כשמגיע מידע חדש. טל תכנן מסלול לימודים מסוים, וגילה שהוא נמשך לתחום אחר לגמרי. מתי שינוי כיוון הוא אומץ, ומתי בריחה?

- איך מבדילים בין גמישות לבין ויתור על עקרונות?
- מתי שיניתם דעה, ומה גרם לכם לשנות?

✨ מילים לחיים: "והרים את הדשן" (ויקרא ו, ג)

הכוהן, בבגדי הקודש, הוא שמרים את האפר מהמזבח בכל בוקר. אין עבודה קטנה מדי או לא מכובדת. השבוע נשים לב גם לעבודות הקטנות – לסדר, לנקות, לעזור – ונעשה אותן בשמחה.

שאלה: איזו עבודה קטנה אתם עושים שאף אחד לא רואה?

🧩 חידה: איזו מילה כתובה תמיד בצורה שגויה בכל מילון עברי, ואף אחד לא מתקן אותה? (תשובה: המילה "שגויה" – היא כתובה "בצורה שגויה" (חשיבה גמישה: קוראים את השאלה מילולית))

🎯 מטרות: לכתוב שלושה הסברים שונים למצב אחד שהרגיז אותי • לבחון מחדש החלטה אחת לאור מידע חדש • לשנות הרגל יומי אחד ולראות מה קורה

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מי שרוצה – ספרו על רגע השבוע שבו שיניתם תוכנית או דעה
- 🙏 למי אתם רוצים להודות על רעיון שעזר לכם לראות משהו אחרת?
- 💗 העבירו מחמאה על פתרון יצירתי או על גמישות שראיתם אצל מישהו
- 💡 מה למדתי השבוע מדרך חשיבה שונה משלי?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע נעים, גם אם התוכניות ישתנו קצת בדרך
- 🌙 דמיינו עץ שמתכופף ברוח ולא נשבר, ונשמו לאט כמו הענפים שלו

🤲 עזרה לזולת – שבוע 28.3 עד 2.4.2027 • י״ט אדר ב׳ תשפ״ז

לשים לב למי שצריך, להושיט יד ולעזור – בבית, בכיתה ובקהילה • המשפט של השבוע: "יד אחת שמושטת יכולה לשנות למישהו את כל היום"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: עזרה אמיתית מתחילה בהקשבה: לא כל מי שנראה זקוק לעזרה רוצה אותה, ולא כל עזרה עוזרת. דניאל רוצה לעזור לחבר שעובר תקופה קשה, ומגלה שהעצות שלו רק מרחיקות אותו. אולי לפעמים העזרה הכי טובה היא פשוט להיות שם?

- איך יודעים אם מישהו רוצה עזרה, ואיזו?
- מה ההבדל בין לעזור לבין להציל?

✨ מילים לחיים: "וידם אהרן" (ויקרא י, ג)

לפעמים הדבר הכי חזק שאפשר לעשות הוא לשתוק לרגע. שתיקה כזאת היא לא חולשה, אלא זמן להקשיב לעצמנו לפני שעונים. השבוע ננסה לעצור רגע לפני תגובה, במיוחד כשמשהו מרגיז או מפתיע.

שאלה: מתי שתיקה קצרה עזרה לכם או למישהו שאתם מכירים?

🧩 חידה: כשנועה הייתה בת 6, היא עזרה לטפל באחיה הקטן, שהיה אז בדיוק חצי מגילה. היום נועה בת 40. בן כמה אחיה? (תשובה: 37 – הפרש הגילים הוא 3 שנים ונשאר תמיד)

🎯 מטרות: להקשיב לחבר או לחברה בלי לתת עצות, רק להיות שם • להתנדב בפעילות אחת בקהילה • לשאול לפני שעוזרים: איך הכי נכון לעזור לך?

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מי שרוצה – ספרו על עזרה שנתתם או קיבלתם השבוע
- 🙏 למי אתם רוצים להודות על כך שעזר לכם השבוע?
- 💗 העבירו מחמאה למי שראיתם עוזר לאחר – גם בדבר קטן
- 💡 מה למדתי השבוע על לעזור ועל לקבל עזרה?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע טוב, עם ידיים עוזרות ולב פתוח
- 🌙 פתחו את כפות הידיים על הברכיים, ודמיינו שהן מחזיקות עוד רגע של טוב לשבוע הבא

🤝 אמון – שבוע 4.4 עד 9.4.2027 • כ״ו אדר ב׳ תשפ״ז

להאמין שאפשר לסמוך על מישהו, ולהיות בעצמנו אנשים שאפשר לסמוך עליהם • המשפט של השבוע: "אמון נבנה לאט, טיפה אחרי טיפה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: קל לדרוש אמון מאחרים, וקשה יותר להרוויח אותו. מעשים יומיומיים קטנים, כמו לעמוד בזמנים או לשמור סוד, בונים אותו בלי שאנחנו שמים לב. ומה קורה כשמעדנו פעם אחת? יש מי שאומרים שאמון נשבר כמו זכוכית, ויש מי שאומרים שהוא נבנה מחדש כמו שריר. ומה אתם חושבים?

- אמון נשבר כמו זכוכית או נבנה מחדש כמו שריר? נמקו.
- מתי נכון לא לשמור סוד, גם אם הבטחנו?

✨ מילים לחיים: "וראה הכהן את הנגע" (ויקרא יג, ג)

לפני שמחליטים משהו על מישהו, צריך להסתכל באמת ובסבלנות. מבט מקרוב מגלה פעמים רבות תמונה אחרת ממה שחשבנו בהתחלה. השבוע ננסה לראות לעומק, ולא לשפוט מהר לפי רושם ראשון.

שאלה: מתי גיליתם שמישהו שונה ממה שחשבתם עליו בהתחלה?

🧩 חידה: בחדר שני תלמידים: אחד תמיד דובר אמת, והשני תמיד משקר. שואלים אחד מהם: "האם אתה זה שמשקר?" מה הוא יענה בוודאות? (תשובה: "לא" – דובר האמת יגיד לא כי זו האמת, והשקרן יגיד לא כי הוא משקר)

🎯 מטרות: לסמן הבטחה אחת ולקיים אותה במלואה • לבקש סליחה אם איחרתי או שכחתי • לתת אמון במישהו שלא ציפיתי

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מתי השבוע מישהו סמך עליכם, או אתם סמכתם על מישהו?
- 🙏 למי תרצו להודות על שהיה אמין ושמר על המילה שלו?
- 💗 מחמאה על אמינות: "ראיתי שאפשר לסמוך עליך כש..."
- 💡 מה למדתי השבוע על בניית אמון?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע רגוע, עם אנשים שאפשר לסמוך עליהם
- 🌙 נשימה עמוקה, ונזכור: כל הבטחה קטנה שקיימנו היא לבנה בבית של אמון

😄 שמחה – שבוע 11.4 עד 16.4.2027 • ד׳ ניסן תשפ״ז

תחושה טובה מבפנים שאפשר לגלות, לשמור עליה ולשתף בה אחרים • המשפט של השבוע: "שמחה שמתחלקת לא נגמרת, היא רק גדלה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: יש הבדל בין הנאה רגעית לבין שמחה עמוקה. הנאה מגיעה מהר והולכת מהר, ושמחה עמוקה קשורה למשמעות, לאנשים ולתחושה שאנחנו חלק ממשהו. לפעמים דווקא אחרי מאמץ ארוך, כמו אימון או פרויקט, מגיעה השמחה הכי גדולה. מה מביא לכם שמחה שנשארת?

- מה ההבדל בין הנאה לבין שמחה בעיניכם?
- האם שמחה של אחרים יכולה להיות גם שלנו? איך?

✨ מילים לחיים: "ויצא הכהן" (ויקרא יד, ג)

הכהן לא חיכה שהאדם יבוא אליו, הוא יצא אליו בעצמו. כך גם אנחנו יכולים לצאת לקראת מי שנשאר בחוץ: חבר שנעדר, ילדה חדשה, מישהו שקשה לו. צעד אחד לקראת מישהו יכול לשנות לו את כל השבוע.

שאלה: למי תרצו לצאת לקראתו השבוע, ואיך?

🧩 חידה: במסיבת סוף שנה, 5 חברים וחברות לוחצים ידיים, כל אחד עם כל אחד בדיוק פעם אחת. כמה לחיצות ידיים יהיו? (תשובה: 10)

🎯 מטרות: למצוא כל יום דבר קטן שמשמח אותי • לשתף מישהו בשמחה שלי בלי להתרברב • לעשות פעילות שמטעינה אותי באנרגיה

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מה היה הרגע הכי שמח שלכם השבוע?
- 🚀 למי תרצו להודות על ששימח אתכם השבוע?
- 💝 מחמאה של שמחה: "החיוך שלך עשה לי טוב כש..."
- 💡 מה למדתי השבוע על מה ששמח אותי?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע מלא צחוק, משחק ורגעים קטנים של שמחה
- 🌙 נעצום עיניים לרגע ונחייך חיוך קטן לעצמנו, כי מגיע לנו

🧭 מנהיגות – שבוע 25.4 עד 30.4.2027 • י״ח ניסן תשפ״ז

היכולת להוביל אחרים בדוגמה אישית, בהקשבה ובאחריות למטרה משותפת • המשפט של השבוע: "מנהיג אמיתי הולך ראשון ודואג שאף אחד לא יישאר מאחור"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מקובל לחשוב שמנהיג הוא מי שעומד במרכז הבמה. אבל לפעמים המנהיגות החשובה ביותר שקטה: מי שמזמינה תלמיד בודד לשבת לידה, מי שמתחיל לנקות אחרי אירוע. השאלה היא לא אם יש לנו תפקיד רשמי, אלא אם אנחנו לוקחים אחריות. איפה בחיים שלכם יש מקום למנהיגות שקטה?

- מה ההבדל בין סמכות לבין השפעה?
- איזו תכונה של מנהיגות הייתם רוצים לפתח בעצמכם?

✨ מילים לחיים: "וחי בהם" (ויקרא יח, ה)

כללים טובים נועדו לעזור לנו לחיות, לא להכביד עלינו. כשאנחנו שומרים על כללי הכיתה, על בטיחות ועל כבוד, אנחנו יוצרים מקום שבו כולם יכולים לפרוח. השבוע נחשוב איזה כלל עוזר לנו לחיות טוב יותר יחד.

שאלה: איזה כלל בכיתה או בבית עושה לכם את החיים טובים יותר?

🧩 חידה: רועה צריך להעביר זאב, כבשה וכרוב בסירה שמחזיקה רק אותו ועוד דבר אחד. אסור להשאיר זאב עם כבשה או כבשה עם כרוב. מה הוא מעביר ראשון? (תשובה: את הכבשה)

🎯 מטרות: לקחת אחריות על משהו שאף אחד לא עושה • להקשיב לפני שמחליטים • לפרגן בפומבי למי שתרם בשקט

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מתי השבוע ראיתם מישהו מוביל בדרך טובה?
- 🙏 למי תרצו להודות על שהוביל, ארגן או עזר לכולם?
- 💗 מחמאת מנהיגות: "ראיתי איך דאגת לכולם כש..."
- 💡 מה למדתי השבוע על להוביל ועל להקשיב?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע שבו אנחנו מובילים את עצמנו למנוחה טובה
- 🌙 נשב רגע בשקט ונזכור: כל אחד ואחת מאיתנו יכולים להאיר דרך למישהו

🙌 התנדבות – שבוע 2.5 עד 7.5.2027 • כ״ה ניסן תשפ״ז

לתת מזמננו ומכוחנו לאחרים מרצון, בלי לצפות לתמורה • המשפט של השבוע: "הידיים שלנו קטנות, אבל ביחד הן עושות דברים גדולים"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: התנדבות היא לא רק לעזור לאחרים, היא גם משנה את מי שמתנדב. היא מלמדת סבלנות, מראה לנו עולמות אחרים ונותנת תחושה של משמעות. יש גם שאלה מעניינת: האם התנדבות שנעשית בשביל תעודה או נקודות היא עדיין התנדבות? מה דעתכם?

- האם התנדבות בשביל תגמול היא עדיין התנדבות?
- מה ההתנדבות יכולה ללמד אותנו על עצמנו?

✨ מילים לחיים: "ואהבת לרעך כמוך" (ויקרא יט, יח)

שלוש מילים קצרות שהן כמעט תוכנית לחיים שלמים. לפני שאני אומר או עושה משהו, אפשר לשאול: איך הייתי מרגישה אילו עשו לי את זה? השבוע ננסה להתייחס לאחרים בדיוק כמו שהיינו רוצים שיתייחסו אלינו.

שאלה: מה מישהו עשה לכם פעם שגרם לכם להרגיש אהובים?

🧩 חידה: לפני שלוש שנים הגיל של אדל היה חצי מהגיל שיהיה לה בעוד חמש שנים. בת כמה אדל היום? (תשובה: 11)

🎯 מטרות: לבדוק אפשרויות התנדבות קבועה בסביבה • להציע את הכישרון שלי למישהו שצריך • לארגן עם חברים פעולה קטנה למען אחרים

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ במה עזרתם השבוע בלי שביקשו מכם?
- 🙏 למי תרצו להודות על שנתן מזמנו בשבילכם?
- 💝 מחמאת נתינה: "ראיתי שהתנדבת ל... וזה היה מקסים"
- 💡 מה למדתי השבוע על לתת מעצמי?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע שבו אנחנו גם נותנים וגם מקבלים
- 🌙 נניח יד על הלב ונרגיש כמה טוב שיש לנו ידיים שיכולות לעזור

🏡 משפחה – שבוע 9.5 עד 14.5.2027 • ב׳ אייר תשפ״ז

האנשים הקרובים שדואגים לנו ושאנחנו דואגים להם, בכל צורה ובכל גודל • המשפט של השבוע: "משפחה היא לא איך היא נראית, אלא איך מרגישים בה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בגיל ההתבגרות היחסים עם המשפחה משתנים: אנחנו רוצים עצמאות, ועדיין צריכים בית. משפחות נראות היום בהרבה צורות, ומה שמחבר ביניהן הוא דאגה, שייכות ומחויבות. יש גם "משפחות שבחרנו", חברים שהפכו לקרובים מאוד. מה בעיניכם הופך קבוצת אנשים למשפחה?

- מה הופך קבוצת אנשים למשפחה?
- איך שומרים על קשר טוב עם המשפחה כשרוצים יותר עצמאות?

✨ מילים לחיים: "לעני ולגר תעזב אתם" (ויקרא כג, כב)

בזמן הקציר השאירו חלק מהשדה למי שאין לו. גם אנחנו יכולים להשאיר מקום לאחרים: מקום ליד השולחן, תור במשחק, חלק מהזמן שלנו. השבוע נחשוב מה אפשר לשתף עם מי שצריך.

שאלה: מה אתם יכולים להשאיר או לשתף השבוע בשביל מישהו אחר?

🧩 חידה: אדם מצביע על תמונה ואומר: "אין לי אחים ולא אחיות, אבל האבא של האיש שבתמונה הוא הבן של אבא שלי." מי בתמונה? (תשובה: הבן שלו)

🎯 מטרות: לפתוח שיחה אמיתית עם בן משפחה • להציע פעילות משותפת לסוף השבוע • לומר תודה על משהו שלוקחים כמובן מאליו

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מה היה רגע משפחתי טוב השבוע?
- 🙏 למי מהבית תרצו להודות, ועל מה?
- 💗 מחמאה למישהו מהבית: "אני אוהב/ת כשאת/ה..."
- 💡 מה למדתי השבוע על המשפחה שלי או על משפחות אחרות?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע חם, עם האנשים שאנחנו אוהבים
- 🌙 נעצום עיניים ונשלח מחשבה טובה לכל מי שמחכה לנו בבית

🕊️ שלום ופתרון מחלוקות – שבוע 16.5 עד 21.5.2027 • ט׳ אייר תשפ״ז

לפתור ויכוחים במילים, בהקשבה ובחיפוש פתרון שטוב לכולם • המשפט של השבוע: "בוויכוח טוב לא מנצחים את השני, מנצחים את הבעיה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מחלוקת היא חלק טבעי מהחיים, ואפילו יכולה להיות טובה: היא מחדדת רעיונות ומלמדת אותנו לראות דרך עיניים של אחרים. הבעיה מתחילה כשהמטרה היא לנצח ולא להבין. כלים פשוטים כמו לחזור במילים שלנו על מה שהשני אמר, לדבר על רגשות ולא על אשמה, ולחפש מכנה משותף, הופכים ריב לשיחה. מתי מחלוקת עזרה לכם לגדול?

- האם מחלוקת יכולה להיות טובה? מתי?
- איך מבקרים רעיון בלי לפגוע באדם?

✨ מילים לחיים: "וחי אחיך עמך" (ויקרא כה, לו)

החיים טובים יותר כשאנחנו חיים יחד, ולא רק זה ליד זה. לדאוג שגם לחבר יהיה טוב זו לא טובה, זו אחריות של כולנו. השבוע נשאל: מה שלום מי שלידנו, ואיך אפשר לעזור לו?

שאלה: מה אפשר לעשות כדי שכולם בכיתה ירגישו שהם חלק מהקבוצה?

🧩 חידה: שלושה חברים התווכחו מי ישטוף כלים. דניאל אמר: "לא אני". יוסף אמר: "דניאל". איתן אמר: "לא אני". רק אחד מהם דיבר אמת. מי שוטף? (תשובה: איתן)

🎯 מטרות: לחזור במילים שלי על מה שהשני אמר • לדבר על הרגשות שלי בלי להאשים • לחפש נקודה אחת שאנחנו מסכימים עליה

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מתי השבוע הצלחתם לפתור מחלוקת בדרך טובה?
- 🙏 למי תרצו להודות על שעזר להשלים או הרגיע ויכוח?
- 🤍 מחמאת שלום: "ראיתי איך הקשבת גם כשלא הסכמת..."
- 💡 מה למדתי השבוע על פתרון ויכוחים?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע שקט, נעים ושלו
- 🌙 נשאף שלום, ננשוף כעס, ונשאיר בלב רק את מה שטוב

💬 מילים טובות – שבוע 23.5 עד 28.5.2027 • ט״ז אייר תשפ״ז

לבחור במילים שבונות, מעודדות ומחממות את הלב, בדיבור ובכתב • המשפט של השבוע: "למילים יש כוח: הן יכולות לבנות גשר או חומה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מילים פוגעות נשארות בזיכרון הרבה אחרי שנאמרו, ומילים טובות יכולות ללוות אדם שנים. יש הבדל בין מחמאה ריקה לבין מילה טובה אמיתית, שמראה שראינו את האדם באמת. גם ביקורת יכולה להיאמר במילים טובות, אם מטרתה לעזור. איזו מילה טובה שקיבלתם נשארה איתכם?

- מה ההבדל בין מחמאה ריקה למילה טובה אמיתית?
- איך נותנים ביקורת שעוזרת ולא פוגעת?

✨ מילים לחיים: "ושכבתם ואין מחריד" (ויקרא כו, ו)

כמה טוב ללכת לישון רגועים, בלי דאגה שמעירה אותנו. רוגע כזה נבנה מדברים פשוטים: שיחה טובה, סדר יום, ותחושה שיש מי שאכפת לו מאיתנו. השבוע נמצא דרכים לעזור לעצמנו ולאחרים להרגיש בטוחים ושלווים.

שאלה: מה עוזר לכם להירגע בסוף יום עמוס?

🧩 חידה: בגימטריה, א=1, ב=2, ג=3 וכן הלאה עד י=10. מה ערך המילה "טוב"? (תשובה: 17 (ט=9, ו=6, ב=2))

🎯 מטרות: לתת מחמאה אמיתית ומדויקת כל יום • לנסח ביקורת בדרך שעוזרת • לשים לב לטון שלי בהודעות

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ איזו מילה טובה שמעתם או אמרתם השבוע?
- 🙏 למי תרצו להודות על מילה טובה שאמר לכם?
- 💌 שרשרת מילים טובות: כל אחד מוסר מילה אחת מחממת לבא בתור
- 💡 מה למדתי השבוע על הכוח של המילים?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע מלא במילים טובות, בבית ובחוץ
- 🌙 נלחש לעצמנו מילה טובה אחת, ונשמור אותה בכיס לכל השבוע

🌿 בריאות ואיזון – שבוע עד 30.5 עד 4.6.2027 • כ"ג אייר תשפ"ז

לדאוג לגוף ולנפש: תנועה, שינה, אוכל טוב, מנוחה וזמן לעצמנו • המשפט של השבוע: "גם הסוללה שלנו צריכה טעינה, לא רק של הטלפון"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: איזון הוא לא מצב קבוע אלא תנועה מתמדת, כמו רכיבה על אופניים. יש תקופות של מבחנים ולחץ, ויש תקופות רגועות, והחוכמה היא לשים לב לסימנים: עייפות, עצבנות, קושי להירדם. גם מנוחה היא עבודה חשובה, לא בזבוז זמן. מה הסימנים שלכם שמראים שהגיע הזמן לעצור ולהיטען?

- מה הסימנים שלכם שצריך לעצור ולנוח?
- האם מנוחה היא בזבוז זמן? נמקו.

✨ מילים לחיים: "איש על דגלו" (במדבר ב, ב)

לכל שבט היה דגל משלו, ובכל זאת כולם הלכו יחד באותו מחנה. גם בכיתה שלנו לכל אחד יש צבע וסגנון משלו, וזה מה שהופך אותנו לחזקים. השבוע נחגוג את השונות ונלך יחד.

שאלה: מה הייתם מציירים על הדגל האישי שלכם?

🧩 חידה: אני רץ כל הזמן ולא מתעייף, יש לי ידיים ואין לי אצבעות, ואני תמיד מזכיר מתי ללכת לישון. מה אני? (תשובה: שעון)

🎯 מטרות: לקבוע זמן קבוע למנוחה בלי מסך • לשים לב לסימני עייפות ולעצור • לבחור דבר אחד לוותר עליו כשעמוס

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מה עשיתם השבוע כדי לשמור על הגוף ועל הנפש?
- 🚀 למי תרצו להודות על שדאג לכם לאוכל, לשינה או למנוחה?
- 💗 מחמאה של איזון: "ראיתי שידעת לעצור ולנוח כש..."
- 💡 מה למדתי השבוע על מה שמטעין אותי?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע של מנוחה, תנועה ושינה טובה
- 🌙 נשאף לאט דרך האף, ננשוף לאט דרך הפה, ונרגיש את הגוף נרגע

🎯 הצבת מטרות – שבוע 6.6 עד 11.6.2027 • א׳ סיון תשפ״ז

לבחור לאן רוצים להגיע, ולתכנן צעדים קטנים וברורים בדרך • המשפט של השבוע: "חלום עם תוכנית הופך למטרה, ומטרה עם צעדים הופכת להצלחה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מטרה טובה היא ברורה, מדידה, אפשרית ובעלת זמן יעד. אבל חשוב לא פחות לשאול: למה היא חשובה לי? מטרה שבאה מבפנים מחזיקה מעמד, ומטרה שנועדה רק לרצות אחרים מתפוררת בקושי הראשון. וגם: מותר לשנות מטרה כשמבינים משהו חדש. מהי מטרה אחת שבאמת שלכם?

- מתי נכון לשנות מטרה ולא לוותר עליה?
- איך יודעים שמטרה באמת שלנו ולא של אחרים?

✨ מילים לחיים: "וישם לך שלום" (במדבר ו, כו)

בסוף כל האיחולים מגיע השלום, כאילו הוא הכי חשוב מכולם. שלום מתחיל בתוכנו, ממשיך בין חברים ומתפשט לכל הכיתה. השבוע נחפש רגעים קטנים של שלום: לוותר, להקשיב, להושיט יד.

שאלה: איך מרגיש שלום בתוככם, ואיך אפשר להביא אותו לאחרים?

🧩 חידה: ספר של 300 עמודים. ביום הראשון קוראים עמוד אחד, וכל יום קוראים עמוד אחד יותר מאתמול. ביום הכמה מסיימים את הספר? (תשובה: ביום ה-24 (סכום 1 עד 24 הוא 300))

🎯 מטרות: להגדיר מטרה עם זמן יעד ברור • לכתוב למה המטרה חשובה לי • לשתף מישהו שיעזור לי לעמוד בה

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ איזה צעד קטן לקראת מטרה עשיתם השבוע?
- 🚀 למי תרצו להודות על שעזר לכם להתקדם?
- 💗 מחמאת התקדמות: "ראיתי איך התאמנת והתקדמת ב..."
- 💡 מה למדתי השבוע על הדרך להגיע למטרה?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע של מנוחה, שנחזור ממנו עם כוח לצעד הבא
- 🌙 נדמיין את המטרה שלנו, ננשום עמוק, ונדע שכל צעד קטן נחשב

🌱 טעויות כהזדמנות – שבוע 13.6 עד 18.6.2027 • ח׳ סיון תשפ״ז

לראות בטעות שיעור ולא כישלון, ולנסות שוב בדרך חדשה • המשפט של השבוע: "מי שלא טועה, כנראה לא ניסה משהו חדש"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: בתרבות שמעריצה הצלחה, קל לשכוח שכמעט כל המצאה גדולה עברה דרך עשרות ניסיונות כושלים. ההבדל בין מי שמתקדם לבין מי שנתקע הוא לא כמות הטעויות, אלא מה עושים איתן: מסתירים, מאשימים או לומדים. לקחת אחריות על טעות זה גם סימן לבגרות. איך אתם מגיבים לטעויות שלכם?

- מה ההבדל בין טעות לבין כישלון?
- איך לוקחים אחריות על טעות בלי להלקות את עצמנו?

✨ מילים לחיים: "בהעלתך את הנרת" (במדבר ח, ב)

להדליק נר זה להביא אור למקום חשוך. כל אחד מאיתנו יכול להאיר למישהו אחר: בהסבר, בעזרה, במילה מעודדת. השבוע נחשוב איך אנחנו יכולים להדליק אור אצל מישהו שקצת קשה לו.

שאלה: איך אתם יכולים להיות אור בשביל מישהו השבוע?

🧩 חידה: השעה 3:15. מה הזווית בין מחוג השעות למחוג הדקות? (רוב האנשים עונים 0 וטועים) (תשובה: 7.5 מעלות – מחוג השעות כבר התקדם רבע מהדרך לעבר 4)

🎯 מטרות: לכתוב טעות אחת ומה למדתי ממנה • לקחת אחריות על טעות בלי תירוצים • לנסות משהו חדש שאני עלול/ה לטעות בו

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ איזו טעות לימדה אתכם משהו השבוע?
- 🙏 למי תרצו להודות על שעזר לכם לתקן טעות?
- 💗 מחמאת אומץ: "ראיתי שלא ויתרת אחרי ש..."
- 💡 מה למדתי השבוע מטעות של עצמי או של אחרים?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע רגוע, בלי לחץ להיות מושלמים
- 🌙 נגיד לעצמנו בשקט: מותר לטעות, ואני ממשיך/ה ללמוד

🫶 רגישות לזולת – שבוע 20.6 עד 25.6.2027 • ט״ו סיון תשפ״ז

לשים לב לרגשות ולצרכים של אחרים, ולהגיב בעדינות ובאכפתיות • המשפט של השבוע: "עיניים פקוחות ולב פתוח רואים יותר"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: רגישות לזולת היא מיומנות: היא דורשת להאט, להקשיב לטון ולשפת הגוף, ולפעמים לשאול במקום להניח. יש גם רגישות למה שלא רואים: מצב כלכלי, אבל במשפחה, קושי רגשי. משפט אחד לא מחושב יכול לפגוע, ושאלה אחת אמפתית יכולה לפתוח לב. איך מפתחים רגישות בלי להפוך לחטטנים?

- מה ההבדל בין רגישות לבין חטטנות?
- איך שומרים על רגישות גם ברשת, כשלא רואים פנים?

✨ מילים לחיים: "עלה נעלה" (במדבר יג, ל)

כשכולם אמרו שאי אפשר, היה מי שאמר: נעלה ונצליח. אופטימיות היא לא התעלמות מהקושי, אלא אמונה ביכולת שלנו להתמודד. השבוע נבחר במבט של כן, ונעזור גם לחברים להאמין בעצמם.

שאלה: על איזה אתגר השבוע אתם רוצים לומר: עלה נעלה?

🧩 חידה: אני שתי מילים שמתחילות באות ת. אפשר לתת אותי לכל אחד בלי שיחסר לנו, ובזכותי אנשים מרגישים שרואים אותם. מה אני? (תשובה: תשומת לב)

🎯 מטרות: להקשיב בלי לתת עצות מיד • לשאול שאלה אחת אמפתית ביום • לשים לב לטון שלי בהודעות

🏙️ נפרדים משבוע

- ☆ מתי השבוע מישהו שם לב אליכם, או אתם שמתם לב למישהו?
- 🙏 למי תרצו להודות על שראה אתכם והתחשב בכם?
- 💗 מחמאת רגישות: "שמתי לב שראית את... ועזרת לו/לה"
- 💡 מה למדתי השבוע על לשים לב לאחרים?
- 🏙️ שיהיה לכולנו סוף שבוע עם אנשים שרואים ומבינים אותנו
- 🌙 נקשיב לשקט בכיתה לרגע, ונשלח מחשבה טובה למי שצריך אותה

🌅 פרידה וסיכום – שבוע 27.6 עד 2.7.2027 • כ״ב סיון תשפ״ז

להסתכל אחורה בהכרת תודה על הדרך, ולהיפרד בלב פתוח לקראת המשך • המשפט של השבוע: "כל סוף הוא גם התחלה של משהו חדש"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: פרידות הן חלק מהחיים: מכיתה, מחברים, מתקופה. יש שמנסים לברוח מהן ויש שמתעכבים בהן, ופרידה טובה מאפשרת גם עצב וגם הכרת תודה. סיכום אמיתי שואל לא רק מה הצלחנו, אלא מי נהיינו בדרך. מה אתם לוקחים איתכם מהשנה הזאת, ומה אתם בוחרים להשאיר מאחור?

- מה אתם לוקחים איתכם מהשנה, ומה משאירים מאחור?
- איך נראית בעיניכם פרידה טובה?

✨ מילים לחיים: "וישמע משה" (במדבר טז, ד)

גם כשבאו אליו בכעס, משה קודם כול שמע. הקשבה אמיתית יכולה להרגיע ויכוח ולפתוח דלת להבנה. השבוע, כשמישהו לא מסכים איתנו, ננסה להקשיב עד הסוף לפני שאנחנו עונים.

שאלה: מה קורה במריבה כשמישהו באמת מקשיב לצד השני?

🧩 חידה: איזו מילה בעברית מסמלת גם פרידה וגם פגישה, וגם ברכה לשלמות? (תשובה: שלום)

🎯 מטרות: לכתוב סיכום אישי של השנה • להודות למי שליווה אותי • לבחור מטרה אחת לשנה הבאה

🏙️ נפרדים משבוע

- ⭐ מה היה הרגע הכי משמעותי שלכם השנה?
- 🚀 למי תרצו להודות על כל השנה?
- 💓 מחמאת סיכום: "השנה ראיתי אותך צומח/ת ב..."
- 💡 מה הדבר החשוב ביותר שלמדתי השנה?
- 🏙️ שיהיה לכולנו חופש מלא באור, מנוחה והרפתקאות טובות
- 🌙 נסגור עיניים, ניזכר ברגע טוב מהשנה, ונשמור אותו בלב

🌳 מסורת ושורשים – שבוע גמיש

להכיר את הסיפורים, המנהגים והמקומות שמהם באנו, ולכבד גם את של אחרים • המשפט של השבוע: "עץ עם שורשים עמוקים יכול לגדול גבוה"

🌅 פותחים שבוע

סיפור לשיחה: מסורת יכולה להרגיש כמו ירושה כבדה או כמו עוגן שנותן ביטחון. בני נוער רבים שואלים: מה מזה שלי, ומה אני רוצה להמשיך? אפשר לשמור על מסורת ולחדש בה, לבחור מנהגים שמדברים אלינו ולתת להם משמעות חדשה. גם משפחות מאמצות, משפחות חדשות ומשפחות מעורבות יוצרות מסורות משלהן. איזו מסורת הייתם רוצים להעביר הלאה?

- מסורת היא עוגן או משא? נמקו.
- איזו מסורת הייתם רוצים ליצור בעצמכם?

🧩 חידה: לכל אדם יש 2 הורים, 4 סבים וסבתות ו-8 הורים של סבים וסבתות. כמה אבות קדמונים יש לאדם בדור החמישי אחורה? (תשובה: 32)

🎯 מטרות: לכתוב סיפור משפחתי אחד ולשמור אותו • לבחור מנהג ולחשוב מה הוא אומר לי • לשתף מסורת עם חבר מרקע אחר

נפרדים משבוע

- איזה סיפור או מנהג חדש שמעתם השבוע?
- למי תרצו להודות על שסיפר לכם על העבר?
- מחמאה על שיתוף: "היה לי מעניין לשמוע על..."
- מה למדתי השבוע על השורשים שלי ושל אחרים?
- שיהיה לכולנו סוף שבוע עם טעמים, ריחות וסיפורים טובים מהבית
- נדמיין עץ גדול עם שורשים עמוקים, ונרגיש יציבים ורגועים כמוהו