

### את ואני – אמהות ובנות מצווה תשע"ב

10 מפגשים של שעתיים בימי ד' בשעות 17:30 – 19:30 בבית הכנסת. (המפגש העשירי יתקיים בשבת בבוקר). **עלות: 930 ₪ למשפחה.**

- מינימום משתתפות בקבוצה: 5 משפחות.

מתוכננים 3 קורסים במהלך השנה.

#### מחזור ראשון:

מס'	תאריך עברי	תאריך לועזי	נושא הפגישה
1	כ"ח תשרי	26/10	<b>היכרות ותאום ציפיות:</b> הכנת אלבום ותיק אישי בעזרת תמונות.
2	ה' חשוון	2/11	<b>בת שתיים עשרה ויום אחד: מה קובע בגרות?</b> מתי מתקיים המעבר (אם בכלל) מילדות לבגרות? האם ישנם גבולות ברורים?
3	י"ב חשוון	9/11	<b>עטור מצחך: נשים ומצוות.</b> מהן מצוות ולמה הן נועדו? זכות האשה למצווה.
4	י"ט חשוון	16/11	<b>חובות האם על הבת: יחסי אמהות בנות.</b> הבנות צריכות לכבד אימותיהן; מה האמהות חייבות לבנותיהן? תאום ציפיות הדדיות.
5	כ"ו חשוון	23/11	<b>אני בקבוצת השווים</b> חברות, קונפורמיות, לחץ חברתי ובחירה אישית.
6	ד' כסלו	30/11	<b>גוף ובגד: היחס לגוף והלבוש הנשי.</b> איך אני רואה את גופי? מה בין טעם אישי לאופנה? (תחילת עבודה על הטלית)
7	י"א כסלו	7/12	<b>מדברת על ליבה: תפילת נשים.</b> האם אני מדברת עם אלהים? מקומן של ברכות, בקשות והודיות בחיי.
8	י"ח כסלו	14/12	<b>מנהיגות וגבורת נשים: גבורת הרוח וגבורת הכוח.</b> מהי גבורת נשים? היכרות עם דמותה של יהודית.
חופשת חנוכה תשע"ב			
9	ט' טבת	4/1	<b>סיכום: בחירת הפסוק שלי</b> והכנת טלית אישית כביטוי לחוויה האישית. <b>הבאת האוכל שאני הכי אוהבת ויצירת מדרש עליו!</b>
10	ד' שבט	28/1	תפילת שחרית חגיגית לסיים

#### מחזור שני:

מס'	תאריך עברי	תאריך לועזי	נושא הפגישה
1	כ"ג טבת	18/1	<b>היכרות ותאום ציפיות:</b> הכנת אלבום ותיק אישי בעזרת תמונות.
2	א' שבט	25/1	<b>בת שתיים עשרה ויום אחד: מה קובע בגרות?</b> מתי מתקיים המעבר (אם בכלל) מילדות לבגרות? האם ישנם גבולות ברורים?
3	ח' שבט	1/2	<b>עטור מצחך: נשים ומצוות.</b> מהן מצוות ולמה הן נועדו? זכות האשה למצווה.
4	ט"ו שבט	8/2	<b>חובות האם על הבת: יחסי אמהות בנות.</b> הבנות צריכות לכבד אימותיהן; מה האמהות חייבות לבנותיהן? תאום ציפיות הדדיות.
5	כ"ב שבט	15/2	<b>אני בקבוצת השווים</b>

חברות, קונפורמיות, לחץ חברתי ובחירה אישית.			
<b>גוף ובגד: היחס לגוף והלבוש הנשי.</b> איך אני רואה את גופי? מה בין טעם אישי לאופנה? (תחילת עבודה על הטלית)	22/2	כ"ט שבט	6
<b>מנהיגות וגבורת נשים: גבורת הרוח וגבורת הכוח.</b> מהי גבורת נשים? היכרות עם דמותן של ורטה ואתר.	29/2	ו' אדר	7
פורים			
<b>מדברת על ליבה: תפילת נשים.</b> האם אני מדברת עם אלהים? מקומן של ברכות, בקשות והודיות בחיי.	14/3	כ' אדר	8
<b>סיכום: בחירת הפסוק שלי</b> והכנת טלית אישית כביטוי לחוויה האישית. <b>הבאת האוכל שאני הכי אוהבת ויצירת מדרש עליו!</b>	21/3	כ"ז אדר	9
תפילת שחרית חגיגית לסיים	24/3	א' ניסן	10

### מחזור שלישי:

נושא הפגישה	תאריך לועזי	תאריך עברי	מס'
<b>היכרות ותאום ציפיות:</b> הכנת אלבום ותיק אישי בעזרת תמונות.	2/5	י' אייר	1
<b>בת שתיים עשרה ויום אחד: מה קובע בגרות?</b> מתי מתקיים המעבר (אם בכלל) מילדות לבגרות? האם ישנם גבולות ברורים?	9/5	י"ז אייר	2
<b>עטור מצחך: נשים ומצוות.</b> מהן מצוות ולמה הן נועדו? זכות האשה למצווה.	16/5	כ"ד אייר	3
<b>מנהיגות וגבורת נשים: גבורת הרוח וגבורת הכוח.</b> מהי גבורת נשים? היכרות עם דמותה של רות. (תחילת עבודה על הטלית)	23/5	ב' סיון	4
<b>חובות האם על הבת: יחסי אמהות בנות.</b> הבנות צריכות לכבד אימותיהן; מה האמהות חייבות לבנותיהן? תאום ציפיות הדדיות.	30/5	ט' סיון	5
<b>אני בקבוצת השווים</b> חברות, קונפורמיות, לחץ חברתי ובחירה אישית.	6/6	ט"ז סיון	6
<b>מדברת על ליבה: תפילת נשים.</b> האם אני מדברת עם אלהים? מקומן של ברכות, בקשות והודיות בחיי.	13/6	כ"ג סיון	7
<b>גוף ובגד: היחס לגוף והלבוש הנשי.</b> איך אני רואה את גופי? מה בין טעם אישי לאופנה?	20/6	ל' סיון	8
<b>סיכום: בחירת הפסוק שלי</b> והכנת טלית אישית כביטוי לחוויה האישית. <b>הבאת האוכל שאני הכי אוהבת ויצירת מדרש עליו!</b>	27/6	ז' תמוז	9
תפילת שחרית חגיגית לסיים	21/7	ב' אב	10