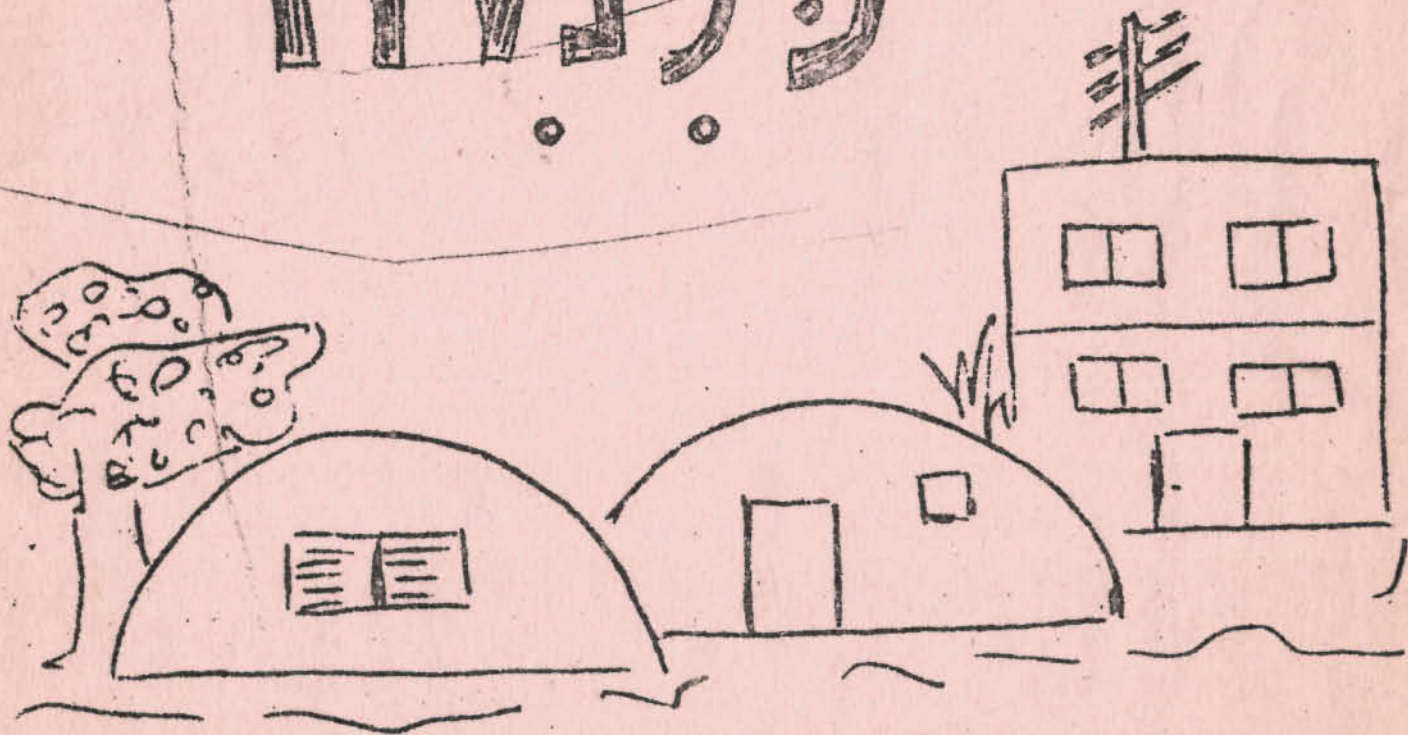
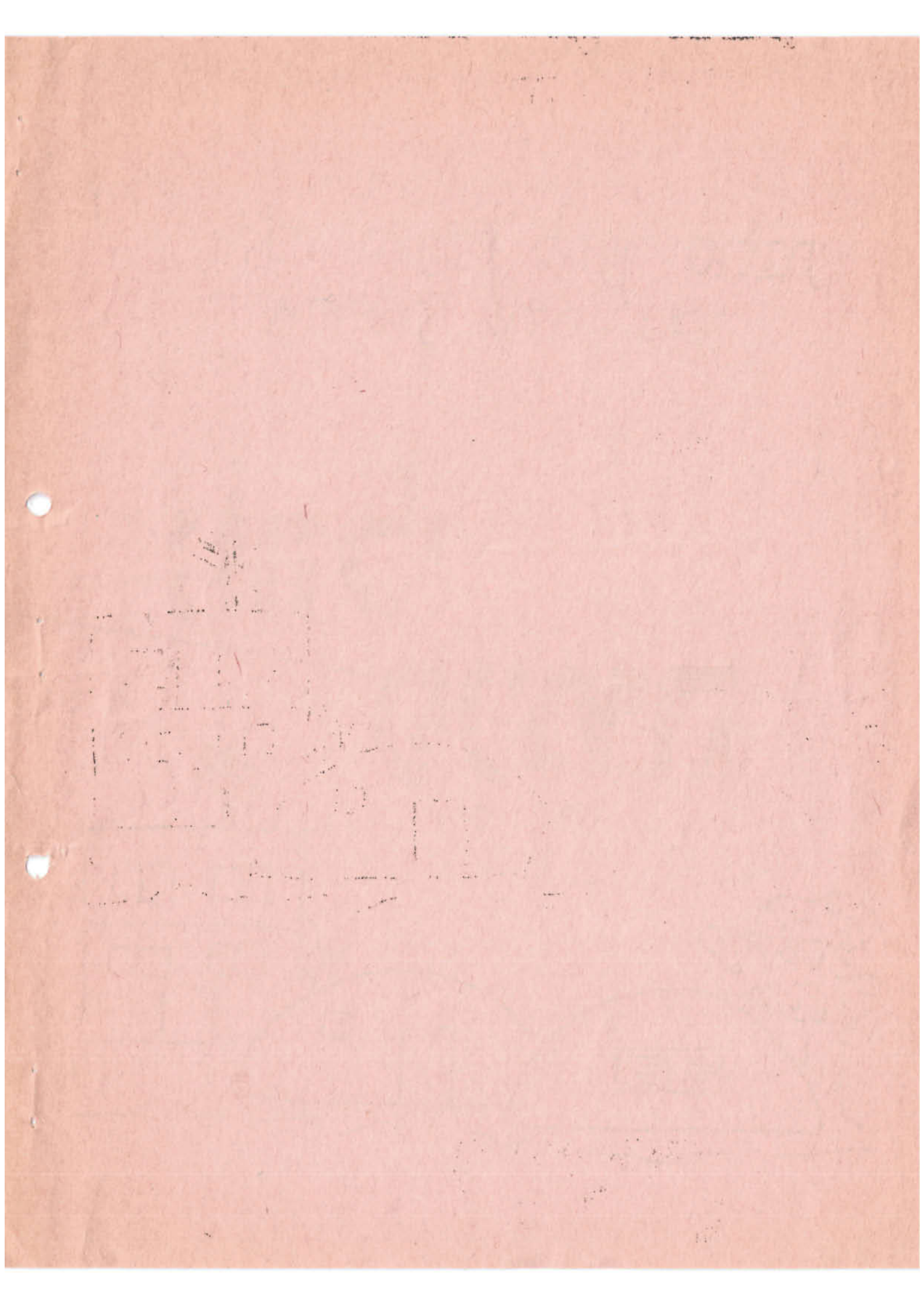


זיה"ס התיכון לחינוך סביבתי
מדרשת שדה - באר

נוה לוי

פנימיה





ס ד ר ה י ר ס

השכמה	-	06:30
ארוחת בוקר	-	07:00-07:30
תחילת לימודים	-	07:35
ארוחת עשר	-	10:15-10:35
המשך לימודים	-	10:35-12:15
ארוחת צהריים	-	12:15-13:45
פעילות ביה"ס/פנימיה	-	13:45-16:00
ארוחת ארבע	-	16:00-16:30
פעילות ביה"ס/פנימיה	-	16:30-18:00
ארוחת ערב	-	18:00-19:00
פעילות ביה"ס/פנימיה	-	19:00-22:00
הפסקת פעילות בשטחים ציבוריים	-	22:00
השקטה בחדרים.	-	22:30

פנימיה - נוהלים

1. אם הבית והמדריך הם כתובת לפנות :

- בבעיות שוטפות
 - בבעיות אישיות
 - בבקשות יציאה לטיולים באיזור (ראה נוהלי טיולים).
 - בבקשות נסיעה מן המדרשה בשעות אחר-הצהריים.
 - במקרה תאונה, גניבה.
- אל תהססי לפנות בהעדר אס-הבית או המדריך פנה/פני אל מרכז הפנימיה.

2. נתקלת בקושי כלשהוא? בבעיה? מתלבט? מוטרד? סתם מתחשק לך... פנה אל אס-הבית ו/או המדריך ו/או יועצת ביה"ס ו/או מנהל הפנימיה.

3. המסגרת הפנימיתית מחייבת מילוי תורנויות ומשימות. מילוי המשימות והתורנויות כראוי, מעיד על תיפקוד בוגר. הקפד להגיע לכל תורנות או משימה בזמן, ובצע את המוטל עליך באחריות מלאה. הודע בעוד מועד לאחראי על התורנות ו/או המשימה על העדרות צפויה.

"תיפקוד נכון ישפר את איכות חיך בפנימיה"

תורנויות ומשימות :

- נקיון : חדריים, שרותים, מועדון, חצרות, חדר-מוסיקה.
- השכמה
- תקשורת
- חדר חולים
- סידור עבודה
- חדר-אוכל
- ארוחת ביניים.

4. הפעילות החברתית כוללת :

- פעילויות שכבתיות
- לילות שבת
- חוגים
- סרטים
- טיולים
- אירועים (הרצאות, מסיבות, הצגות, קונצרטים, סיורים, "ימים מיוחדים" וכו').

הפוך את הדף !

הפעילויות נועדו לך ! השתדל להשתתף בכלך, אם אין ביכולתך לחשתתף, מסיבה כלשהי, הודע למדריך !!!

5. פנה/י אל המדריך, אם-הבית, מנהל הפנימיה(בהעדרם), בבקשה לאישור יציאה מתחומי המדרשה בשעות אחר-הצהריים ו/או בשבת(ראה נוהלי טיולים).
רצונך לצאת לטייל באיזור? הנך נדרש למלא בהקפדה רבה אחר דפי נוהלי טיולים.

6. ביה"ס אחראי עליך 24 שעות ביממה, הווה אומר, יציאה מתחומי המדרשה, בדרכך לכל מקום שהוא, אפילו באישור, מחייבת אותך למלא את הוראות הבטיחות של ביה"ס.

א. נסיעה בטרמפים אסורה !!!

ב. המנע באופן מוחלט !! מעיסוק בחומרי נפץ ובחפצים חשודים הפזורים בשטח. אנו סומכים עליך, שתשקול מעשך ותמנע מעצמך ומאתנו אי-נעימות.

7. בכל יציאה משטח המדרשה עליך למלא טרפס יציאה ולהחתים את המדריך והמחנך.

8. את/ה נדרש/ת למלא אחר נוהלים בכל אחד מהמקומות הבאים :

- חדר

- חדר-אוכל

- ספריה

- מרפאה(חדר-חולים)

- אולם סרטים

- בריכה.

9. במקומות ציבוריים כמו: ביה"ס, חדר-אוכל, ספריה, צרכניה, בבקורך בבתי אנשי צוות ובאירועים שכבתיים, או בית-ספריים, הופע תמיד בהופעה נאותה(נעליים, חולצה וכו' הדרישה אינה מוגזמת).

10. החדר שבו אתה בר :

החדר הוא "הפינה שלך" בפנימיה - השתדל למלא אחר הדרישות - ומהנה !

א. שמור על נקיון החדר, של סידורו השוטף ועל תקינות הריהוט בו.

ב. אל תפגע ברכוש !

ג. קשט את החדר תוך התחשבות בנתוניו. אופי הקישוט חייב להיות כזה, שבעזבך את החדר מראהו לא ייפגע. מומלץ להתייעץ במדריך, במקרים של "אי-בהירות".

ד. ביה"ס רואה בחומרה רבה, מקרים של אי-נקיון וסדר בחדר ופגיעה ברכוש.

ה. הפקד חפצי ערך וכסף אצל אם-הבית. זכור ! ביה"ס אינו נושא באחריות לכספך או לחפצי ערך שהושארו בחדר.

ו. הפנימיה אינה ערוכה לקליטת בעלי-חיים בחדרים. אין להכניס בעלי-חיים לפנימיה.

ז. אין להכניס מפגעים תברואתיים לחדר(מזון בר-קקול, גרוטאות ועוד). במקרה של ספק פנה/פני למדריך ו/או אם-בית. חל איסור מוחלט להוציא אוכל מחדר-אוכל !!!

הפוך את הדף !

ח. חל איסור מוחלט לעלות על גגות המבנים. הושקע כסף רב בציפויים למניעת חדירת מי-הגשמים בחורף. ופגיעה בצנרת המים החמים - ודריכה על הציפוי תפגע ביעילות ולבסוף תפגע בך.

ט. חסוך במים ובחשמל, כבה את האור בצאתך מן החדר.

י. המנע מעשיות רעש מיותר, הרעש מפריע לחבריך, הפעלת מערכות קול בעוצמה שתפריע לחבריך ולתושבי המדרשה אסורה בהחלט. ייניס לשמוע בעוצמה גבוהה נא להצטייד באוזניות.

יא. תלמיד לא ימצא בחדר לא שלו, לאחר שעת השקטה ו/או במשך הלילה.

יב. חברך בוטח בך / אל תפגע ברפושתי... אל תקח חפציו ללא רשות.

יג. רכוש הפרטי:

1. עליך לסמן את רכושך הפרטי ולדווח עליך לאס-הבית.

2. להזכירך: ביה"ס אינו אחראי לרכושך (במקרה גניבה). לרשותך עומדת כספת לשמירת חפצי ערך בחדר אס-הבית.

3. בטוח הרכוש כפוף לפוליסה דלהנחיות חברת הביטוח שביה"ס מנוטח בה.

יד. למד להסתדר עם שותפך לחדר, השתדל לא לפגוע בפרטיות שלך על חשבון החיים המשותפים.

אנו בוטחים בך שתדע לכלכל מעשיך בתבונה / גרימת נזק תחייב אותך לשלם תמורתו המלאה !!!

ביתו של אדם - חלון ראווה לפנימייתו !

11. בסיימך את השהות במסגרת הפנימיה, הנך נדרש למלא את "טופס הטיוולים" המאשר שאינך חייב דבר לביה"ס/למדרשה.

12. ביה"ס לא יוכל לאשר שהותו של תלמיד אשר הוריו לא עמדו בהתחייבויות הכספיות כפי הנדרש.

13. חדר חולים:

א. תלמיד יופנה לחדר-חולים ע"י הרופא או האחות.

ב. תלמיד שהופנה לחדר-חולים יביא עמו: כלי-רחצה, פיג'מה, מגבת, חומר קריאה, בחורף - שמיכה חמה.

ג. תלמיד שהופנה לחדר-חולים לא יורשה לצאת ממנו ללא אישורה של האחות.

ד. על התלמיד לציית להוראות העובדת התורנית בחדר-חולים, להוראות אס-הבית, להוראות אחראי על חדר החולים מעט התלמידים וכמובן לצוות הרפואי.

ה. השהייה בחדר החולים מחייבת שקט והתחשבות, לפיכך:

1. הפעלת מכשירי קול תיעשה בתנאי זקוק הבוקע יהיה שקט ולא יפריע למנוחת יתר החולים.

2. ביקור החולים מוגבל ל-4 אורחים היכולים לבקר בו-זמנית אצל חבר חולה (תלוי במצב החולה ובמספר החולים בחדר) המבקרים בחדר-חולים ישמרו על השקט והנקיון.

הפוך את הדף !

16. חל איסור מוחלט להביא/להחזיק להשתמש ברכוש צה"ל.
17. אחזקה ושתייה של משקאות אלכוהוליים אסורה בהחלט !!

פעילות תרבותית :

א. נוהלי כניסה לסרט :

1. מכירת כרטיסים עד השעה 19:25 - הכניסה בכרטיסים בלבד.
 2. איך להכנס יחפים לאודיטוריום.
 3. איך לשבת בכוכים (בפתחי חלונות).
 4. איך להעלות כסאות על הספסלים.
 5. הדלתות ננעלות בשעה 19:30.
 6. בכל מקרה של בירור ניתן לפנות למדריך במקום.
- ב. "קבלת שבת" - בביה"ס קיימת מסורת קבלת שבת בחדר-האוכל. היא נועדה להפריד בין "חול לשבת" - רגע ה"ביחד" חשוב לכולנו!!! הקפד להגיע בזמן, בלבוש הולם. שמור על כללי הטקס.

ג. חוגים :

במסגרת פעילות אחר-הצהריים מוצע לך מגוון רחב של חוגים. אנו בוטחים שתמצא את החוג הקרוב ללבך.

1. חובה עליך להשתתף בחוג אחד לפחות.
2. עליך להתמיד בהשתתפותך בחוג (נעדרת! - עליך להמציא אישור על כך).
3. ברצונך להצטרף לחוג נוסף? להפסיק פעולתך בחוג אחר? פנה למרכז החוגים. רק הוא רשאי לבצע חילופים.

18. א. חדר אוכל : חדר האוכל מספק ארוחות לצמחוניים ולבשריים בלבד.
- ב. יש לציין בספח המצורף במידה ואתה מעוניים בארוחה צמחונית.
- ג. ניתן לעבור מארוחה בשרית לצמחונית ולהיפך רק בתיאום עם המדריך ובאישור בכתב מההורים.

19. עליך ! עליך ! על כל אחד מאיתנו מוטלת חובת התחשבות מירבית בתושבי המדרשה.
שרותי המכולת, הטלפון הציבורי, המתקנים, שטחיל הנרי, להנאתכם ולהנאת תושבי המקום,
נימוס והמנעות מרעש יתרמו ליצירת אוירה טובה.

ולסיים :

היה ער לסרב !!!

מצאת משהו... חפש את בעליו.

לקחת חפץ... השיבו לבעליו.

שאלת דבר מה... דאג להחזירו בזמן.

שמירה על הכללים תתרום לאוירה טובה ולחייים קלים ונוחים לכולנו.

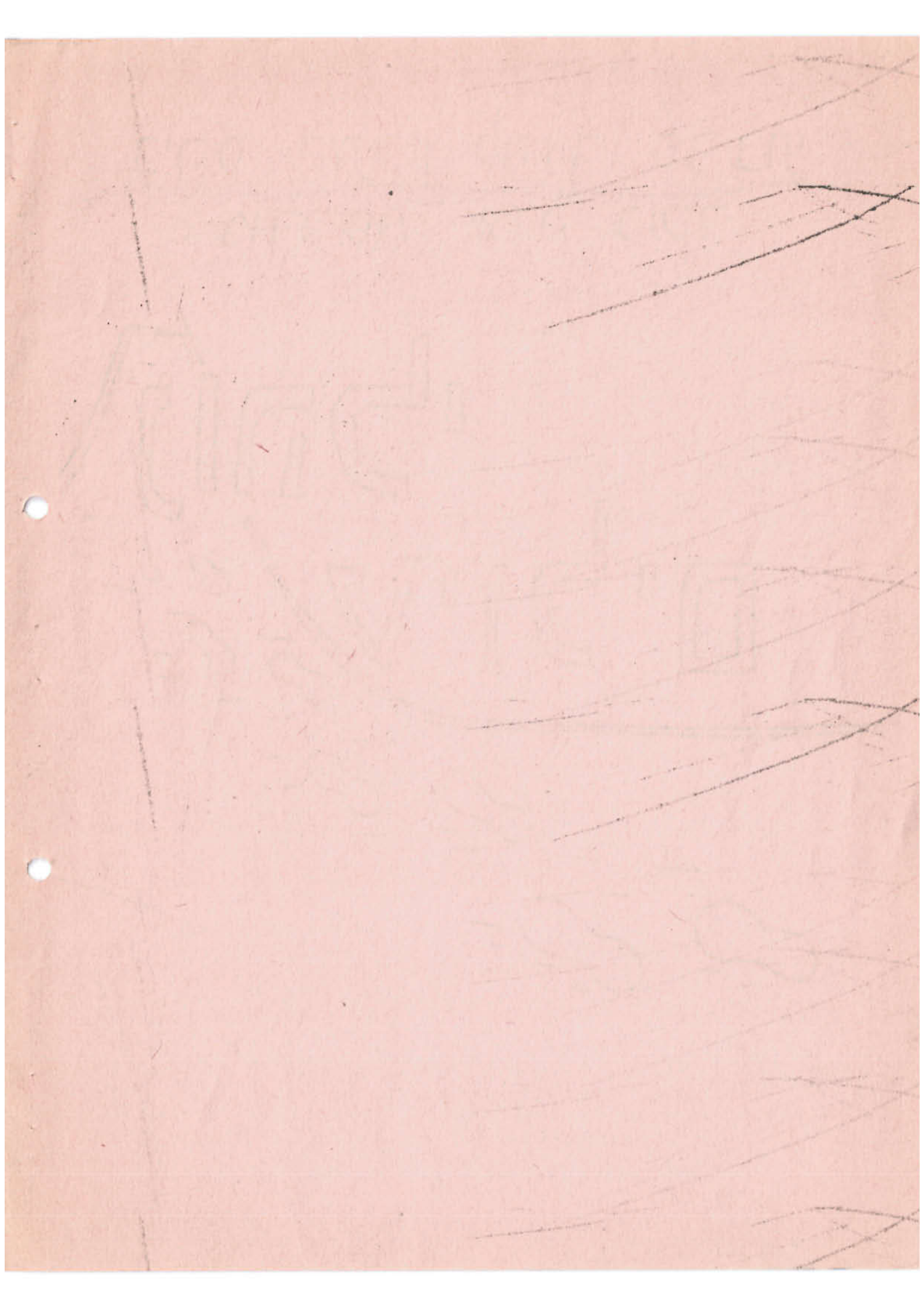
צורת הפנימיה.

ביה"ס התיכון לחינוך סביבתי

מדרשת שדה-בוקר

קוה"ל
עיונים





נ ו ה ל ל ס י ו ר י ם

א. בשדה בוקר ניתן לקיים סיורים קצרים להכרת הסביבה הקרובה, ללימוד ולתצפיות אך יש לזכור כי כל יציאה מתחומי המדרשה הינה לסביבה מדברית, סביבה זאת מאלצת אותנו ואתכם לנקוט באמצעי זהירות מירביים - כפי שיפורט בנוהלי הסיורים המובאים להלן. רק אם ישמרו נוהלים אלו כהלכתם ניתן יהיה לקיים את מטורת הסיורים של ביה"ס.

ב. סיורים בשעות אחר-הצהריים ובשבתות מחייבים אתכם :

1. למלא את הנוהלים בקפידה.
2. לגלות אחריות ולהמנע מהרפתקאות.
3. לעבור קורס לניווט וטופוגרפיה.
4. לעבור קורס בעזרה-ראשונה.
5. לעבור הדרכה בהפעלת מכשיר קשר נייד.
6. אישור הסכמה מהחורים, כפוף לנוהלי הסיורים.

ג. ראש חוליה : לכל סיור יהיה ראש חוליה, אשר יהיה אחראי לקבל אישור יציאה מהמדריך ודאג להתייצב בפני המדריך עם גמר הסיור.

אישור לטיול מותנה :

1. ברישום מדוייק של המסלול.
2. הצטיידות לפי הפירוט בנוהלים.
3. הגבלה לשעות האור.
4. רישום המשתתפים בחוליה.
5. הטיול יתקיים אך ורק במסלול שנקבע מראש ובמסגרת הזמן שהוקצב.

מסלולי טיול : המסלולים נקבעו לפי מידת בטיחותם, עבירות רכב ואדם, והמרחק מבית-הספר.

מסלול קצר : שדה-ציון : צפון - קו רוחב 030.
מזרח - קו אורך 132.
דרום - קו רוחב 029.
מערב - קו אורך 129.

* היציאה למסלול קצר מותנית בשני משתתפים לפחות - בהצטיידות לפי הפירוט בנוהלים.

מסלול בינוני :

- תחתית נחל דבשון עד נ.צ. 1284/0275
- נחל קרקש עד נ.צ. 0293/1278
- הר צרור עד נ.צ. 1327/0301
- עין עבדת עד נ.צ. 1273/0264
- נחל חורארים עד נ.צ. 1264/0287
- עין עקב תחתון
- נחל צרור עד נ.צ. 0303/1328

* היציאה למסלול בינוני מותנית בארבעה משתתפים לפחות - בהצטיידות לפי הפירוט בנוהלים.

מסלול ארוך :

- עין עקב תחתון - עין עקב עליון - עין זיק
- נחל דבשון עליון עד נ.צ. 1299/0269
- נחל חצץ עד 1349/0339
- סכר הרועה נ.צ. 1328/0334
- הר קטום נ.צ. 1341/0317
- נחל דרוך (פרסה) נ.צ. 1341/0317
- * סכר הרועה הפרוץ נ.צ. 1275/0349
- * נחל נוקד("עץ") עד נ.צ. 130/035
- * מצד מאגורה נ.צ. 1261/0306
- * עין-זיק, עין-שביב .

היציאה למסלול ארוך מותנית בארבעה משתתפים, לפחות, היציאה היא אך ורק בשבתות, הצטיידות לפי הפירוט בנוהלים, כולל מכשיר קשר.

* רק בשבת מפת שטחי אש.

ציוד : מסלול קצר :

מסלול בינוני + ארוך :

- | | |
|---------------|--------------------------------------|
| 1. כובע | 6. פנס-כיס |
| 2. מימיות | 7. גפרורים |
| 3. נעלי-הליכה | 8. מפת קנה-מידה 1:50,000 |
| | 9. מזון |
| | 10. מכשיר קשר(מיועד רק למסלול ארוך). |

מפורך את הדף !

מזון :

1. לטיולי שבת המתקיימים לאורך כל שעות היום, יש להזמין ארוחות בהתאם (ע"י המדריך), יש להודיע למדריך לא יאוחר מיום רביעי(הדבר יצריך אותן כמובן לתכנן את הטיול מבעוד מועד). מטיילים אשר לא הזמינו מזון יחוייבו לחזור לארוחת צהריים.

"ללא ארוחות - אין יציאות"

2. תלמיד אשר נרשם לטיול והזמין ארוחה וביטל את יציאתו לטיול, יחוייב בעלות כספית במידה והטיול הינו במסגרת השכבה. בכל מקרה התלמיד יאכל את השקית שהזמין.

מ 7 ס :

- בתקופת הקיץ יש להצטייד ב-5 ליטר מים לאדם למסלול ארוך.
חל איסור מוחלט למלא מים או לשתות ממעיינות וגיבים.

זכרו :

- הסידורים נועדו אך ורק ללימוד והנאה, שימרו על הכללים והנוהלים, בכל מקרה של ברור ניתן לפנות למרכז הפנימיה.

התנהגות בטיור :

1. אין לחרוג מן המסלול שהותר ע"י המאשר.
2. אין להכנס למערות או למבנים נטושים או לבורות מים.
3. אין לשחות במעיינות ובגיבים.
4. יש להצטייד במפות טופוגרפיות של איזור הטיול בקנה-מידה 1:50,000.
5. אין לרדת במצוקים, יש לנוע בשבילים בלבד.
6. ההליכה בחשיכה אסורה בהחלט.
7. חובה להצטייד באמצעי איתות(פנס, גפרורים)
8. בעונת החורף קיימת סכנת שטפונות, במזג-אוויר מעונן אין להכנס לאפיקי נחלים או לחצותם.
9. יש להצטייד בכיסוי ראש ובנעליים נוחות להליכה.
10. אין לפגוע בחי, בצומח ובדומם.
11. יש לשמור על הנקיון.
12. אסור לגעת בחפץ חשוד !!
13. אין לנסוע בטרמפים או ללכת על הכביש.
14. יש לחזור למדרשה בהתאם לזמן שהוקצב.

* במקרה שקבוצת תלמידים או בודדים איבדו את הדרך, בשעות האור, תתקדם הקבוצה אל מקום גבוהה.

* במקרה של הקלעות לחשיכה - תשאר הקבוצה במקום ותאותת על-ידי הדלקת מדורה, או על-ידי פנס.

* חוליה במסלול ארוך תיצור קשר עם המדרשה כל שעה באמצעות מכשיר הקשר שברשותם.

* במקרה ונקלעו למצוקה יש לדווח מיידית למדרשה.

* אסור בהחלט לנוע בלילה. עזרה תגיע על פי המסלול שצויין באישור היציאה.

ל ס י כ ו ם :

יש מה לראות בסביבה הקרובה וכדאי לנצל אפשרויות לסיור.

מצפים לשיתוף פעולה, הבנה ויותר מכל, לאי הפרת אימוץ שניתן בכס.

הפוך את הדף !

הוראות פיגור	נושא הטיוול	זמן הליכה משוער בשעות	אורך המסלול בק"מ	מאור המסלול	מס' משותפים מדינמלי	מסלול ארוך
לקרוא בקשר, לקראת עזרת מור צירוף מדוייק של המקומים. מדריך וג'י'פ הנמצאים בכוננות באיזור הטיוול יגיעו מיד.	בוטני, גיאולוגי,	5-6	15	עין-עקב תחתון, עין-זיק.	4	"
	גיאומורפולוגי.	6-7	15	נחל-דרור, פרסת דרור, בקעת-צין.	4	
	גיאולוגי	6-7	15	נחל-חצין, הר-קטום (נ.ג. 598).	4	"
	היסטורי, הקלאי.	4	8	נחל הרועה, סכר הרועה.	4	"
		6	15	סכר הרועה הפרוץ.	4	"
	גיאולוגי, גיאומורפולוגי.	5-6	10	בור-חורוארים, נחל חורוארים, ראש-צין, עין-מור, עין-עבדת.	4	"
		5-6	15	נחל-העץ, בור-חלוקים.	4	"

תפור את הדף 1

2. שבר או נקע בקרטול :

- סימנים : * קושי בהליכה או בדריכה.
 * נפיחות במקום, פעמים מלווה בסימנים כחולים.
 * כאב חזק.
 * קושי (ופעמים מוחלט) בהזזת הרגל.
הטיפול : * איך להזיז או לנטות ליישר.
 * אם איך אפשרות להוריד הנעל בשל הכאב (כדי לאבחון), יש להדק שרוך הנעל במידת הסיבולת.
 * לקבוע את הקרטול בעזרת משולש(בד) קיבוע קרטול.
 * במידה ואיננו יכול לנרוע יש לשאת (הנפגע) "בכסא של שבת", או על הגב ("שק קמת"), להימנע מטילטול מיותר של הרגל.
 * לעודד שתיה והרטבת הפנים.

3. הכשות נחש-ארסי :

- סימנים : * כאב חד חזק וצורב.
 * סימני הכשה (החזרת שיני אדם).
 * נפיחות עד לביצקות (בשלב מתקדם יותר).
 * ושלב מאוחר יותר שיתוקים (שלא נדע!).
הטיפול : * הקפאת המקום ע"י קרח או מיס קרים, במידה ויש.
 * קשירה חזקה מעל לנקודות ההכשה (עד כדי עצירת שטף דם).
 * איסור מוחלט בהזזת האיבר המוכש והליכת הנפגע.
 * פינוי מיידית בנשיעה או בחסעה מיידית למרפאה קרובה כולל הנחש (אם זה אפשרי!).
 * אם איך אפשרות של פינוי יש להשכיב הנפגע ולהזעיק עזרה ע"י רץ.
 * אסור למצוץ או לחתוך באיזור הפגוע.
 * יש לתת לנפגע שתיה מרובה.

4. פגיעות בעמוד שדרה או אגן ירך כתוצאה מנפילה :

- סימנים : * אי יכולת תזוזה מנקודת הפגיעה ומטה.
 * אי יכולת תזוזה גפיים תחתונות.
 * כאבים איזכריים (אינם ממוקדים בנקודה אחת).
 * בהלה וחוסר שקט.

טיפול : * אי הזזת הנפגע.

* קיבוע (קשירה) 2 הרגליים במשולש בעת הקשירה, והצמדת הרגל הריאה לרגל הפגועה!

* קיבוע הידיים לגוף (במשולש).

* מתן שתיה ועידוד.

* פינוי אך ורק על-ידי חובש או רופא באלונקה ובעזרת 6-8 אנשים.

5. במקרה של חתך או קרע ודימום :

* שטיפת המקום במים, הסרת לכלוך גס.

* חבישה יבשה בתחבושת אישית (סטרילית) במידה ויש או פד-גזה סטרילית וחבישה בתחבושת (אגדים רגילים).

א. במקרה של קרע גדול ועמוק - יש לאחות את שפתי הפצע ולהדביק באגד מדבק. חבישה סטרילית כפי שצויין מעלה, ומתן שתיה.

ב. במקרה של שטפי דם חזקים חבישה לוחצת (הדוקה) בתחבושת של מקום הפירצה ופינוי בנשיאה.

ציוד עזרה-ראשונה רצוי :

1-2 תחבושת אישית או סטרילית.

4-5 פדי-גזה (סטרילית).

5-6 תחבושת אגדים ברוחבים שונים.

2-3 משולשי בד (ניתן לאלתר בחולצה או כפיה או גופייה).

10 אגדים מודבקים.

5-6 סיכות בטחון.

טיול נעים ומהנה.

