



עמותת עמדת

קובץ פעילויות ליום כיפור

ליקוט ועריכה: דבי להב וריטה זילברשמידט

אדון הסליחות/מן התפילה

כובש עוונות	אדון הסליחות
לובש צדקות	בוהן לבבות
מלא זכיות	גולה עמוקות
נורא תהילות	דובר צדקות .
סולח עוונות	חטאנו לפניך
עונה בעת צרות	רחם עלינו
חטאנו לפניך	הדור בנפלאות
רחם עלינו	ותיק בנחמות
פועל ישועות	זוכר ברית אבות
צופה עתידות	חוקר כליות
קורא הדורות	חטאנו לפניך
רוכב ערבות	רחם עלינו
שומע תפילות	טוב ומיטיב לבריות
תמים דעות	יודע כל נסתרות
חטאנו לפניך	
רחם עלינו	

אדון עולם/עוזי חיטמן

אדון עולם אשר מלך
בטרם כל יציר נברא
לעת נעשה בחפצו כל
אזי מלך שמו נקרא .

ואחרי ככלות הכל
לבדו ימלוך נורא
והוא היה, והוא הוה
והוא יהיה בתפארה

והוא אחד ואין שני
להמשילו להחבירה .
בלי ראשית בלי תכלית
ולו העוז והמשרה .

והוא אלי וחי גואלי
יצור חבלי בעת צרה .
והוא נסי ומנוסי
מנת כוסי ביום אקרא



paa083000078 fotosearch.com



את שתי עיני נושא אני למעלה
מבקש תשובות לשאלות
אין מענה ואיש גם לא יודע
האם בסוף הדרך ניפגש

זה הזמן לסלוח...



hug_2 www.fotosearch.com

נושא ה"סליחה". מהי סליחה?
האם ביקשת פעם סליחה, האם
ביקשו ממך סליחה?

זה הזמן לסלוח/ערה דינקצ'יאן

עוד ארוכה הדרך אל האושר
רצופה היא מכשולים רבים
עת לחייך לשמוח גם לדמוע
אך מה יפים יפים הם החיים

זה הזמן לסלוח

לוותר לשכוח

גם אם זה קשה

שנינו יחד את הכל עוד נשנה

לא צריך לברוח

את האמת למרוח

אני ואת לא נשנה את העולם הזה

פעילות חושית – בשמים ליום הכיפורים

בעת צום יום הכיפורים נהוג להריח בשמים המסייעים בהתמודדות עם קשיי הצום. זוהי פעילות חושית מעוררת ומעלה זכרונות. יש הנוהגים להכין לעצמם תפוח, תפוז או לימון עם מקלות ציפורן נעוצים בהם כך שיוכלו לחזור ולהריח בעת הצום והתפילה. הוראות הכנה: עשו חורים בפרי, בעזרת שיפוד, בהם תנעצו מקלות ציפורן מסביב לפרי כולו. השימוש בשיפוד מונע את שבירת מקלות הציפורן. ניתן להכין ביחד את הפרי ולתת למשתתףלנעוץ את הציפורן בחורים. התענגו יחד מהריחות ומהזכרונות.

העלאת זכרונות

יום הכיפורים הוא יום קדוש מאוד. לכל משפחה ועדה יש מנהגים מיוחדים הקשורים אליו וכל אדם נושא זכרונות יחודיים. שוחחו על מנהגים וזיכרונות אלו: על מנהג הכפרות, הביגוד המיוחד, המאכלים המסורתיים לתחילת הצום ולשבירתו, ה זיכרונות מהבית. חוויות מבית הכנסת, תפילת כל נדריי ותקיעת השופר, ההתמודדות עם הצום ו חוויות ילדות מיום כיפור.

פעילות מחשבתי

-אילו שמות נוספים ליום כיפור אתה מכיר? – יום תשובה, יום הדין, שבת שבתון.
-מדוע קוראים ליום הכיפורים בשמו? ביום הזה מכפרים על חטאים. זהו יום לסליחה, מחילה וטהרה שבו אלוהים סולח לעם ישראל על חטאיו.
- מנהג הסליחות בין אדם לחברו. מדוע הוא חשוב? מה משמעותו? על הקושי לבקש סליחה והקושי לסלוח,
-מילים שנובעות מאותיות "יום כיפור" – לדגומה: י – ים, יום, ירח. פ – פרח, פנס, פסגה. ר – רבי, רינה, רמה.
האיחולים היחודיים לחג ובהם: לשנה טובה תכתבו ותחתמו, גמר חתימה טובה.

פעילות מחשבתית – תפזורת (מיועד לתפקוד גבוה)

- כפרות
- סליחה
- יום כיפור
- תפילה
- צום
- ארוחה מפסקת
- חשבון נפש
- שופר

מ	ש	פ	נ	ן	ו	ב	ש	ח	כ
ל	ו	ט	ו	ל	ח	ת	ג	א	פ
ח	פ	א	ר	ק	ש	פ	ד	ב	ר
מ	ר	ס	ד	ה	ח	י	ל	ס	ו
ה	ב	א	כ	נ	ז	ל	ח	י	ת
מ	ז	ר	ע	ט	ס	ה	צ	ל	ס
ת	ק	ס	פ	מ	ה	ח	ו	ר	א
צ	ח	ר	ו	פ	י	כ	מ	ו	י

מצא בתפזורת את המילים הכתובות במסגרת. ניתן לעשות ביחד.