

1. שבת אחת, כל העולם 🌍

- בערב אחד מדליקים נרות בבתים בכל העולם.
- מאות ערים, מיליוני אנשים – אותו סוף שבוע.
- כל אור קטן מצטרף לאור אחד גדול.

? שאלה לכיתה: אם הייתם מסתכלים על כדור הארץ מלמעלה ביום שישי בערב – מה הייתם רואים?

🧠 **נאום פתיחה:** בוקר טוב! תחשבו לרגע על כדור הארץ, ממש מלמעלה. ביום שישי בערב, בבית אחרי בית, נדלקים אורות קטנים. השבוע, בשבת העולמית, אנשים מכל הארצות ומכל הסגנונות בוחרים לעשות את השבת יחד – כל אחד ואחת בדרך שלהם. היום נצא למסע של יום וחצי, מחמישי עד מוצאי שבת.

🕯️ השבת העולמית · יצרה: רות ראש בן ישי



2. חמישי – מתכוננים יחד 🥖

- אופים חלות יחד: שכנים, חברים ומשפחות.
- קולעים צמות מהבצק – וממלאים את האולם בריח טוב.
- הכנה משותפת היא כבר חלק מהחגיגה.

? שאלה לכיתה: מה אתם אוהבים להכין יחד עם אחרים?

למורה: ההכנות מתחילות כבר ביום חמישי. במקומות רבים מתאספים לאפייה משותפת של חלות – גדולים וקטנים, מכירים ולא מכירים. כשמכינים יחד, נוצרת קהילה עוד לפני שהשבת התחילה.

השבת העולמית · יצרה: רות ראש בן ישי 🕯



3. שישי אחר הצהריים – מורידים הילוך

- השבוע העמוס מאט לאט.
- מדליקים נרות – רגע של שקט ואור.
- נושמים עמוק: אפשר לעצור.

? שאלה לכיתה: מה עוזר לכם להירגע אחרי שבוע עמוס?

למורה: ביום שישי אחר הצהריים העולם מאט. מסדרים, מתקלחים, מכבים קצת את הרעש. הדלקת הנרות היא רגע של מעבר: מהמרוץ של השבוע – לזמן של מנוחה. בואו ניקח יחד נשימה עמוקה אחת, לאט.

השבת העולמית · יצרה: רות ראש בן ישי



4. ליל שבת – שולחן ארוך 🍴🍽️

- שולחן משותף: משפחה, חברים ושכנים.
- קידוש, חלה, אוכל טעים ושירה.
- כל אחד ואחת מביאים משהו משלהם.

? שאלה לכיתה: מי הייתם רוצים שישב איתכם ליד השולחן?

למורה: בליל שבת יושבים יחד. יש שולחנות קטנים בבית, ויש שולחנות ארוכים בחצר או באולם, שבהם יושבים גם אנשים שעוד לא הכרנו. כל משפחה מביאה מנה מהמסורת שלה – וכך השולחן מספר את הסיפור של כולנו.

השבת העולמית · יצרה: רות ראש בן ישי 🕯️



5. יום השבת – זמן ביחד 🌳

- משפחה, חברים וקהילה.
- משחקים, קוראים, מטיילים ונחים.
- מניחים את המסכים בצד – ומסתכלים זה על זה.

? שאלה לכיתה: איך נראה בשבילכם יום מנוחה מושלם?

למורה: יום השבת הוא זמן אחר. בלי מבחנים ובלי מטלות – זמן לשיחה, למשחק, לטיול ולמנוחה. גם מי שלא שומר שבת יכול לנסות יום אחד בלי מסכים ולגלות כמה הוא נעים.

🕯️ השבת העולמית · יצרה: רות ראש בן ישי



6. ✨ מוצאי שבת – לוקחים את האור

- מדליקים נר הבדלה קלוע.
- נפרדים מהשבת בשירה ובמוזיקה.
- לוקחים את האור והמנוחה לשבוע החדש.

? שאלה לכיתה: איזה "אור" מהשבת הייתם רוצים לקחת איתכם לשבוע?

למורה: כשהשבת נגמרת עושים הבדלה: נר קלוע, בשמים וכוס – ושירה. זו פרידה, אבל גם התחלה. השאלה היא מה ניקח איתנו מהשבת אל השבוע: שקט? חיבור? חיוך? שבת שלום ושבוע טוב לכולם.

השבת העולמית · יצרה: רות ראש בן ישי

