



מהותי

פעילות עם מהות

ההגדה של משפחת ישראלי

בחג הפסח הזה כותבים את ההגדה המשפחתית שלנו!

מרכז מהותי מזמין אתכם לגייס את בני המשפחה לפעילות מהנה, מלמדת ומהותית המחברת בין מוטיבים של חג הפסח, למשפחה שלנו ומבקשת ללמוד מה הן המסורות המנהגים, הייחודיות וההעדפות שלנו - ולרכז את כולן בהגדה משפחתית מיוחדת.

מרוויחים זמן איכות של תקשורת פתוחה ומעניינת, כיף והנאה שבסופם תוצר אישי מקסים שישמר לעד.

אז איך זה קורה?

בחוברת שלפניכם 5 משימות משפחתיות הכוללות שאלות מתבוננות ומשימות לביצוע.

את תוצרי המשימות תשלחו אלינו ואנחנו נארוז לכם את כל המידע ונפיק עבורכם בתום התהליך את ההגדה הייחודית שלכם!

שימו לב!

תוכלו לבחור איך ומתי לבצע כל משימה - בבת אחת או לחלק משימה לכל יום מימות החג!

כל בני המשפחה לוקחים חלק, הקטנטנים יסתייעו בהורים לטובת קריאה וכתובה של המידע, הגדולים יותר יוכלו לעשות זאת בעצמם - אך הכי חשוב שאת הפעילות תחוו יחד!

מוזמנים להתחיל במילוי [שאלון היכרות](#) קצר כדי שנוכל להכיר אתכם ולשלוח לכם את התוצר הסופי ולצאת לדרך!

אם לאורך הדרך יש לכם שאלות, מוזמנים לפנות אלינו

Info@mahuti.co.il

מהותי

פעילות עם מהות

הגדת פסח היא אסופה של מדרשים, מזמורים, מצוות תפילות וברכות. נוסח ההגדה נבנה לאורך שנים והיווה החוט המקשר בין גלויות שונות ברחבי תבל.

כמו עם ישראל, גם לכם כמשפחה יש מסורות, מנהגים, תקוות וברכות פנימיות שהתעצבו וממשיכים להתעצב לאורך חיי המשפחה.

ההגדה שלפניכם חוגגת אלו ומזמינה אתכם בכל יום מימי החג להתבונן על נקודת מבט בחיי כל אחד מכם כיחיד וכולכם יחד כמשפחה.

"והגדת לבנך"

על המוטיב:

"בכל דור ודור חייב אדם לראות את עצמו כאילו הוא יצא ממצרים, שנאמר: והגדת לבנך ביום ההוא לאמר: בעבור זה עשה ה' לי בצאתי ממצרים... ואותנו הוציא משם למען הביא אותנו לתת לנו את הארץ אשר נשבע לאבותינו"

בחג הפסח אנו מצווים להזכיר לעצמנו, לילדינו, ולכל הדורות הבאים – את סיפור יציאת מצרים והבאתנו לארץ ישראל. זוהי המסורת של העם היהודי והיא עוברת מדור לדור. לכל משפחה יש את המסורות הייחודיות שלה המאפיינות אותה ומבדילות אותה מכל שאר המשפחות...

שאלת התבוננות:

אילו מסורות מיוחדות יש לכם במשפחה? כתבו את המסורות (עד 4 שורות) בטופס [משימה מספר 1](#).

משימה:

1. הכינו **לוגו וסלוגן שמאפיינים את המשפחה שלכם** - כאלו שמייצגים את הייחודיות, הערכים והמסורת שלכם! אתם מוזמנים להשתמש במשפט משיר/ספר שמתאים למסורת המשפחתית או להמציא משפט משלכם, להכניס תמונות, ציורים, וכל מה שתרצו! צלמו את הלוגו לרוחב והעלו אותו [לטופס משימה מספר 1](#).
2. לכל משפחה יש מאכלי פסח מסורתיים שכולם אוהבים לאכול! צרו את "**צלחת הסדר**" המשפחתית והייחודית שלכם! לפניכם צלחת סדר ריקה, מלאו אותה במטעמים האהובים עליכם אותם אתם נוהגים לאכול בביתכם ונהנים מהם כל השנה. יש לכם הזדמנות ליצור צלחת טעימה וכיפית! צלמו את הצלחת לרוחב והעלו אותה [לטופס משימה 1](#).



מה נשתנה?

מה נִשְׁתַּנָּה הוא קטע בתחילת ההגדה של פסח הידוע כארבע קושיות. קטע זה מתחיל את קיומה של מצוות ו"הגדת לבנך" - הנחלת סיפור יציאת מצרים לדור הבא, שבמוקד ליל הסדר. חלק זה הוא אחד הקטעים המרכזיים והמפורסמים בהגדה ובעצם מזמין אותנו לבחון במה שונה הלילה הזה ובמה הוא מיוחד.

המשימה

לכולנו הרגלים ומנהגים בהם אנו עוסקים ביום יום שהם שונים מאלו שאנו עוסקים בהם בליל הסדר. לכל אחד מבני הבית יש מאפיינים ייחודיים ובעיקר העדפות אישיות.

1. המשימה שלכם היא לחשוב כמשפחה מהי הפעילות בה עוסק/מבלה כל אחד מבני הבית הכי הרבה בזמן שהוא בבית.

2. בשלב הבא עליכם לצלם את כל אחד מבני הבית בתנוחה זו, עוסק בפעילות עליה הסכמתם מראש.

3. את התמונות יש לצלם לאורך ולהעלות [לטופס משימה מספר 2](#) כולל כותרת מתאימה.

** במידה ויהיו אי הסכמות לגבי הפעילות הנפוצה ביותר עבור כל אחד מבני הבית – ערכו הצבעה והרוב יכריע 😊.

שאלת התבוננות

שאלת החג המרכזית שואלת איזה שינוי עשינו בערב הזה, כעת נשאל את כל אחד מבני המשפחה: **מה הייתי רוצה לשנות השנה בי ובסביבתי?** על כל בן משפחה לבחור דבר אחד ולכתוב ב[טופס משימה מספר 2](#).

סיפור יציאת מצרים

יציאת מצרים מהווה את אחד האתגרים הגדולים בהתהוותו של העם היהודי. עם שרק השתחרר מעבדות, נאלץ לסגל במהירות תפיסה עצמאית, תוך כדי כך, זהותו הלאומית משתנה כאשר כוחות שונים מושכים לכיוונים שונים ובנוסף עליו להצליח לחצות את המדבר בעם ולהגיע לארץ המובטחת.

סיפור יציאת מצרים יכול להזכיר לנו את העוצמות והכוחות הנמצאים בנו ואת היכולת לעמוד באתגרים שונים.

משימת האתגרים:

להלן מקבץ משימות מאתגרות, ניתן לבצע אותן כיחידים או כקבוצה;

אתגר הבניה:

עליכם לבנות את המגדל הכי גבוה שאפשר מחפצים שונים שיש בבית. המגדל צריך לעמוד בכמה חוקים פשוטים - בסיס המגדל חייב להתחיל מהרצפה. ניתן להשתמש בכל

חפץ. המגדל חייב להיות יציב. יש לשמור על בטיחות הסובבים. עם הגעה לגובה

המקסימלי שניתן - יש לצלם את המגדל לרוחב ולהעלות אותו [לטופס משימה מספר 3](#).

אתגר הדיבור:

לומר כמה שיותר מהר את סדר הא'ב' בצורה הפוכה, כלומר, להתחיל מת' ולסיים בא'.

שימו לב: התוצאות לפעמים מעוררות צחוק בריא.

** קטנטנים יכולים לנסות לומר שלוש פעמים ברצף בלי להתבלבל "שרה שרה שיר

לפסח שמח"

משימת האתגרים המשך:

אתגר התנועה:

התמסרות של כדור בין חברי הקבוצה מבלי להפיל את הכדור. כל מסירה ותפיסה מקבלת נקודה אחת. אסור להעביר בידיים את הכדור (חייבים לזרוק). אם הכדור נפל הנקודות מתאפסות, מתחילים מהתחלה ומנסים להגיע לתוצאה גבוה יותר. את התוצאה הטובה ביותר שלכם יש להזין במערכת.

אתגר השחזור:

כמה נחמד להתבונן בתמונות מהעבר... כמה נחמד לשחזר את אותן תמונות. הרעיון פשוט: בוחרים תמונת ילדות ישנה. כעת עליכם לנסות לשחזר אותה. זה אומר לנסות לצלם אותה במקום המקורי, לנסות להשיג תלבושות דומות, לצרף את המשתתפים הרלוונטיים אם הם מופיעים בתמונה וכמובן לנסות לשחזר גם בדיוק את אותה התנוחה והקומפוזיציה בה הצטלמתם.

את התמונה המקורית והתמונה המשוחזרת יש להעלות [לטופס משימה מספר 3](#).
(מומלץ לרוחב)

שאלת התבוננות:

באילו אתגרים עמדתי השנה? על כל בן משפחה לבחור אתגר אחד ולכתוב אותו [לטופס](#)

[משימה מספר 3](#).

חירות

חג הפסח מסמל את היציאה מעבדות לחירות וחופש, אך למרבה ההפתעה צמד המילים חירות וחופש אינו מופיע כלל בסיפור המקראי. מילים אלו התווספו לסיפור בתקופה מאוחרת יותר והוטענו על ידי חז"ל במשמעות שאנו מכירים אותה היום, כלומר היכולת לפעול מתוך בחירה חופשית. כמו חכמינו כך גם אנחנו יכולים "להטעין" את המילה חופש כראות עיננו ולמעשה לתת לה את המשמעות האישית שלנו.

המשימות:

קולאז' החופש:

1. כל אחד מבני המשפחה מתבקש לרשום על דף 5 אסוציאציות למילה "חופש" (משתתף שצריך עזרה יכול להיעזר באחד המבוגרים לצורך הכתיבה).
2. כעת, כל משתתף יבחר בתורו מילה אחת ויציר אותה על דף נוסף/ לוח מחיק. שאר השחקנים צריכים לנחש לאיזו מילה התכוון המשתתף. היה והצליחו לנחש- הציור עובר לקולאז'.
3. יצירת הקולאז' יכולה להיות פלקט או לוח מחיק גדול עליו יהיו מצוירות כל המילים שהצלחתם לנחש.
4. בסיום המשחק על המשפחה לצלם את הקולאז' המשפחתי לרוחב ולהעלות לטופס

משימה מספר 4.

החופשה המושלמת:

כל משתתף משתף כיצד נראית החופשה המושלמת בעיניו. התיאור יכול לכלול מקום החופשה, הזמן בה היא מתרחשת, מה אוכלים שם, פעילויות שונות שעושים בחופשה ועוד. כעת, לאחר שכולם סיימו לתאר את החופשה שלהם ננסה יחד להרכיב חופשה מושלמת שתכלול עד כמה שאפשר את כל הרצונות של כל המשתתפים. על החופשה המושלמת שהרכבתם ספרו לנו בטופס משימה מספר 4 (עד 4 שורות).

שאלות התבוננות (לדין משפחתי)

1. איזו חופשה זכורה לך במיוחד ולמה?
2. מהי החופשה המושלמת עבורך?

הודיה לה' - הודיה

על המוטיב:

בסיום סעודת החג, כולם כבר עייפים, שבעים, מרוצים ומוכנים לקיפול ופיג'מות... אבל דווקא בהמשך ההגדה, נמצא קטע המבטא את הכרת התודה שלנו לאלוהים על אשר הוציאנו ממצרים והביאנו ל"ארץ חמדה טובה ורחבה". בני ישראל רואים את כל הטוב שסביבם ומודים על כך.

גם בחיי היומיום, יש לנו המון דברים טובים להודות עליהם – דברים שקשורים בנו, במשפחה שלנו, בחברים שלנו, ברכוש שלנו, באתגרים עליהם התגברנו, במטרות אותן השגנו, והרשימה עוד ארוכה...

אומרים שלהכרת תודה יש חלק גדול בתחושת האושר היומיומי שלנו. אולי אם נזכור להודות על הטוב שסביבנו, נצליח לראות אותו יותר ויותר.

שאלת התבוננות (שאלה לדין משפחתי):

על מה הייתם רוצים להודות? למי הייתם רוצים להודות?

משימה:

1. **קולאז' ההודיה המשפחתי** - הניחו מולכם בריסטול/דף בגודל 3A (או כמה דפי 4A מחוברים) וחלקו לכל אחד מבני המשפחה טוש בצבע שונה. נזמין כל אחד לכתוב על הבריסטול (הורים יעזרו לקטנטנים שבינינו) כמה שיותר דברים שהוא מודה עליהם בחייו. בסוף יהיה לנו קולאז' מילות הודיה מרשים ומלא בכל הטוב שיש לנו בחיים! את הקולאז' הסופי צלמו לרוחב והעלו [לטופס משימה מספר 5](#).
 2. על כל בן משפחה לשלוח ברכת וידיאו מצולמת (לפחות אחת) לדמות יקרה ללב, לה היה רוצה לומר תודה! זה יכול להיות משהו קטן שעשה למענכם, משהו שאתם מעריכים בו, או כל רעיון שיש לכם, עליו תרצו להודות. את הברכות שצילמתם (עד 15 שניות) והעברתם לדמות יש להעלות גם כן [לטופס משימה מספר 5](#)!
- איזה כיף! סיימתם את ההגדה המשפחתית. כנסו [לטופס](#) וספרו לנו שסיימתם כדי שנוכל להכין לכם את ההגדה האישית שלכם!

מקווים שנהניתם מהפעילות, מוזמנים להמשיך לעקוב אחרינו לפעילויות נוספות, וכשנחזור לשגרה, נשמח לפגוש אתכם במרכז מהותי!

מהותי הוא מרכז פעילות חווייתי, העוסק בהתפתחות אישית והיכרות עם העצמי, באמצעות שימוש בכלים ייחודיים, אינטראקטיביים ומהנים. חזון המרכז הוא העמקת המודעות העצמית וקידום האני הפנימי, דרך חיים חיונית, המובילה לשלום פנימי וסביבתי ומדגישה את הייחוד של כל אחד ואחת מאיתנו. אנו מזמינים אתכם למגוון פעילויות המקדמות התבוננות אישית מעצימה. המרכז מציע מסלולים חווייתיים למגוון קהלים בכל הגילים: ביתות, צוותים חינוכיים וארגוניים, אירועים פרטיים, גמלאים, פעילויות משותפות להורים וילדים וימי הולדת.

מהותי הינו חלק מארגון מהות החיים, אשר נוסד בשנת 2001 על ידי שרי אריסון, כחלק מקבוצת אריסון, לתועלת הציבור וללא מטרת רווח.

מהותי

פעילות עם מהות