



## מסיימים את החופש בשמחה

מאחורינו שבועות ארוכים מתוך החופש הגדול. קרוב לודאי שכל משפחה עברה פרק זמן מכובד של יחד משפחתי, הרבה פעילות משותפת וקרוב לודאי גם קצת קיטורים או מריבות. שנת הלימודים כבר בהחלט קרובה, ומוזר שדווקא עכשיו מעידות אימהות שזהו, נגמר הדלק. אין כבר כוח. הסבלנות כמעט נגמרה, להיות יום אחרי יום עם הילדים מבוקר עד ליל זה לא תמיד פשוט. קיצורו של דבר, לכל הדעות – החופש ממש מוצה היטב.

כיצד מתמודדים עם הימים האחרונים?

### קודם כל נזכור

לגיטימי לגמרי להרגיש את הלאות של הסוף. עברנו שבועות מכובדים של זמן מושקע/מהנה/מגוון עם הילדים. הסיום נראה באופק – דבר שגם מוריד קצת ממתח העשייה והעניין. נוסיף את ההורים שעובדים במקביל, ומתמרנים בין עבודה וחופשת הילדים, ונקבל מצב מאוד מובן. אז מות להרפות, לא להבהל. לדעת שהכל בסדר.

**שנית**, נחזק את עצמינו על כל מה שעברנו והיה מוצלח בכמעט-חודשיים האחרונים. היי, סך הכל



היה כיף וטוב? ביליתם יחד? העברתם ימים ארוכים  
 בחום? נסעתם לטיול? ביקרתם משפחה או חברים?  
 מדהים!  
 כל הכבוד!  
 נסו ללקט כמה נקודות אור, נסו לאסוף רגעים קסומים  
 ונעימים.  
 הסתכלו בתמונות ממהלך החופש – תוכלו למצוא שם  
 הרבה נקודות חיזוק.

**תכלס, מה לעשות בשטח?**  
 נחלק את ההתמודדות לכמה צעדים:

## 1. התמודדות במצב נתון:

הילדים משתוללים – איך לי כבר סבלנות. מה לעשות?

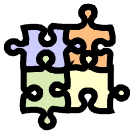
צעד ראשון יהיה לבדוק ולחשוב :  
 ממה לדעתך נובעת ההשתוללות או פריקת העול:  
 האם הילד רעב? האם ילדה משועממת? האם הם  
 קולטים מאיתנו חוסר אונים או תסכול?  
 בכל אחד מהמצבים הללו צריך לטפל בנפרד, באופן אחר.

למשל- ילד רעב : לעיתים באמת זהו כל הענין. הילד רעב  
 ולא שמנו לב מסיבות כאילו או אחרות (אולי סדרי  
 הארוחות השתבשו, אולי הוא התרוצף הרבה והוציא המון  
 מרץ ולכן רעב מוקדם מהרגיל, או כל סיבה אחרת).  
 לפעמים זה הזמן לשחרר, ולמצוא פתרונות יצירתיים כדי  
 להקל עלינו: להפוך את סדר הארוחות, לחלק נישנוש  
 נוסף באמצע היום. לפעמים פשוט נוסיף ארוחת סנדויצ'ים  
 קלה.



ילדה משועממת – מספר הצעות:  
א. לאסוף כמה רעיונות שהם טובים למילוי חורים, ולהשתמש בהם ברגעים כאילו (בועות סבון, תשבצים/תפזורות, יצירות קטנות שאפשר לקנות בשקל וכד').

ב. יש כמה דברים קלאסיים ושימושיים בהרבה גילאים – צבעים ודפי צביעה, קופסת גואש שיושבת בצד מחכה להישלף. דיסק אהוב שמוציאים לפתע ומאזינים לו. פאזל של 50/100/500 חלקים



כל אמא מכירה מה מרגיע או "תופס" את הילד שלה. כדאי להכין מגירה או מדף עם אוסף דברים שימושיים כאילו, שם הכל יושב ומחכה לשימוש.

בהמשך הקובץ – אוסף רעיונות לסיום החופש.

## 2. להקדים רפואה למכה

תכננו את הימים הבאים. נסו למצוא לכל יום רעיון מרכזי אחד שיהיה העיקר של היום, ועוד כמה רעיונות קטנים שיכולים למלא "חורים" קטנים שנוצרים במהלך היום.

## 3. אמא, מלאי את המצברים!

הכוח של אמא ומצב הרוח שלה, משמעותיים מאוד לצורך אווירת הנחת והשמחה בבית.  
אז אמא יקרה – קחי את הזמן שלך, לאסוף כוחות.



חשבי על כך – האם אכלת מסודר? ישנת מספיק? קחי בייביסיטר לשעה אחת באמצע או סוף היום, התחלפי עם בעלך בשעת הערב פעם או פעמיים, צאי להתאווררות. קראי ספר מעניין. חשוב וכדאי לבחור מה שאהוב עלייך ונוסך כוחות.

#### 4. לזכור את העיקר

הילדים שלנו, בסופו של דבר, מרוויחים מכל רגע איתנו, גם אם אנחנו עייפים או קצת חסרי מוטיבציה. לעשות תזכורות ותרגילים מנטליים בראש – להשתדל שלא לחשוב על הילדים בתור מרגיזים, מעצבנים, נדבקים או כל מחשבה שלילית אחרת. לזכור שהם יקרים ואהובים, לזכור את הרגעים המתוקים שלכם יחד!



להזכיר לעצמך שאת האמא שה' בחר בה לגדל בדיוק ודווקא את הנשמות היקרות האלה, גם ברגעים האלו שהם בוכים או מקטרים – וזה סימן שה' אוהב אותך, סומך עלייך ויודע שאת הכי מתאימה לתפקיד.



הורים וילדים:



הפעלות וזיכרונות  
לשבוע החופש האחרון



## קישוטים ראש השנה

בשנה זו ראש השנה כל כך קרוב לתחילת שנת הלימודים, שפשוט כדאי להתחיל את ההכנות לחג עם הילדים.

את שולחן החג אפשר לקשט בהמון אופנים, גם כאילו שמתאימים להכנה עם ילדים צעירים. כמה רעיונות:

### כרטיסי שמות



בצלחת של כל סועד מניחים כרטיס מעוטר ובו השם שלו שדרוג: להוסיף בכל כרטיס ברכה אישית לשנה החדשה.

### דוגמא לרעיון פשוט ומותאם לכמה גילאים:

לוקחים דף לבן או בריסטול. חותכים לכרטיסיות בגדול הרצוי. הילדים מקשטים את שולי הדף בוושי טייפ (סרט הדבקה צבעוני). במרכז הכרטיס רושמים את שם הסועד.



## רימונים או תפוחים לקישוט



לוקחים כדורי קל קר קטנים או גדולים, ומקשטים בצבע אדום עבור רימונים או צבעי ירוק/אדום עבור תפוחים.

ילדים צעירים יכולים לקשט בגואש. ילדים גדולים יותר יכולים לעטר את הכדור עם פייטים – ממלאים את הכדור כולו מסביב בפייטים אדומים/בורדו/ירוק.

את הכדורים נניח במרכז השולחן, על גבי ראנר או בקערה מוזהבת יפה. כדאי להוסיף לידם גם רימון ותפוח אמיתיים.

כמובן שאפשר גם לקנות תפוחים/רימונים קטנים מוכנים בחנויות של שקל או חנויות סטוק במחירים נמוכים, ולפזר יחד עם הילדים על השולחן.



## חבקי מפיות

זוהי אחת היצירות האהובות עלי, מפני שאפשר ליצור את חבקי המפיות מאינספור חומרים – פשוטים או יקרים, זמינים או חומרים מיוחדים שצריך לקנות.

אילו כמה דוגמאות:

☺ חבקי מפיות מגילי נייר טואלט



גוזרים רצועת מהגליל, צובעים (גואש, צבע אקרילי), ומוסיפים עליהם מגוון קישוטים: פרחים / סרטים וכו'



- ☺ חבקי מפיות ממנקי מקטרות
  - ☺ חבקי מפיות מרצועת סול (עמיד יחסית)
  - ☺ חבקי מפיות מחתיכה של סרט תחרה
  - ☺ חבקי מפיות מסרטי סאטן או יוטה
- ועוד... ועוד... כיד הדמיון

אילו למשל חבקי מפיות שעשינו:



הדרכה מלאה  
להכנת חבקי מפיות עם הילדים



## כרטיסי שנה טובה

אז נכון שעם מהירות (או איטיות...) הדואר של היום, עכשיו יהיה מאוחר מידי לשלוח כרטיסי ברכה עם איחולי שנה טובה.

אבל מה עם אבא ואמא? מה עם שכנים קרובים? ואולי האחים שלנו ישמחו לכרטיס מושקע?

זה זמן מושלם לשבת עם ילדים בכל הגילאים להכין כרטיסים עם איחולים.

החלק היצירתי יהיה הכנת הכרטיס, אבל לא פחות חשוב – יהיה החלק של התוכן. זה זמן לעצור ולחשוב – מה לאחל לכל אחד? מה ישמח את השכנים? את ההורים?

כרטיסי שנה טובה מתאימים לכל גיל, ובכל רמה של ביצוע תמיד ישמחו את לב המקבלים.

### כרטיסים פשוטים שכיף להכין:

הרעיון הבסיסי בכרטיסים שהתמונות שלהן מצורפות בהמשך – לוקחים ריבוע בריסטול או ריבוע סול בגודל המתאים.

בוחרים ניירות עטיפה יפים של מתנה או אפילו תמונות יפות מתוך עיתון/מקומון וכד'. הילדים גוזרים מהם חלקי תמונה או דוגמאות יפות, ומדביקים על גבי הריבוע החתוך.



הנה כמה דוגמאות לכרטיסים פשוטים, שאפשר לעשות עם הילדים, שנותנים תוצאות יפות ומשמחות:



## כרטיסים מיוחדים בכמה שלבים:



## קישוטים לסוכה

קישוטים לסוכה יש כל כך הרבה סוגים, בכל כך הרבה אופני הכנה, שלפעמים נראה שקשה כבר לחדש.

אז ראשית, כיף תמיד לחזור לקישוטים הרגילים והמוכרים. לעשות שוב שרשרת ניירות רגילה ופשוטה, להכין כרזות ופרחי נייר.

ומי שבכל זאת רוצה לחדש, צריך לדעת שהרשת מלאה באתרים עם רעיונות מקסימים ומחדשים. יש דברים לא מסובכים שנותנים תוצאות יפות ממש. אפשר לנסות להכין עם הילדים בכל גיל.

מי שמעוניינת בקובץ עם מספר רעיונות נחמדים עבור קישוטים לסוכה שאפשר להכין עם ילדים במגוון גילאים – מוזמנת לשלוח אלי מייל ובלי נדר אשלח לה קובץ מתאים עם רעיונות לקישוטים לסוכה.

[Ch.nizoz@gmail.com](mailto:Ch.nizoz@gmail.com)



# סיום

לא באמת סיימנו.

אפשר לעשות עוד כל כך הרבה דברים יחד!

למשל:

☺ להכין עטיפות מעוטרות למחברות (במקום השקופות הרגילות)

☺ אריגה בצמר – קישוט מקסיקני

☺ יצירת פלסטלינה על גבי משטח עץ

☺ הכנת תיק אישי מעוטר (מבד או מאל בד)

☺ להכין עיר מקופסאות קרטון

ועוד ועוד שפע רעיונות.

אשמח לשמוע רעיונות מעניינים מכם

וגם איך הלך לכם השבוע האחרון של החופש ☺

בהצלחה לכולנו

ושיהיה לנו סיום קיץ משמח ויצירתי!

תנ'י

