

צום יום כיפור – איגרת מידע לעובדים באירגוני רווחה ושירותים חברתיים

צום יום כיפור יתחיל השנה (2025) ביום רביעי ה-1 באוקטובר, בשקיעת החמה ויסיימו ביום חמישי, ה-2 באוקטובר עם צאת הכוכבים.

רקע כללי

יום כיפור נחשב לאחד מהימים הקדושים ביותר בלוח השנה העברי. במקרא נאמר עליו "שבת שבתון היא לכם" ועל פי ציווי התורה נדרש להתענות בו. על פי המסורת היהודית, ביום זה נמחל חטא העגל לעם ישראל ולוחות הברית ניתנו להם בשנית ומאז, ביום כיפור נמחלים ונמחקים עוונותיהם של השבים בתשובה והמתחרטים על מעשיהם הרעים. יום זה מיוחד לקבלת תפילות. כמו כן מתפללים בו בבית הכנסת כל היום או רובו.

מידע שימושי לצוות ועצות להתנהלות בתקופה זו:

- **סדר היום:** ביום שלפני יום כיפורים מצוה להרבות באכילה ושתייה. הגברים טובלים ביום זה במקווה.
- **כפרות:** קיים מנהג בקהילות רבות לערוך בערב יום הכיפורים - "כפרות", במהלך הטקס מסובבים סביב ראש כל אחד מבני ובנות המשפחה (כולל עוברים ברחם אמם) תרנגול, דג, או סכום כסף הנתרמים לצדקה. פרטי מנהגים אלו נוהגים בצורות שונות בקהילות השונות ויש רבנים שמתנגדים למנהג זה (שימוש בחיות לכפרה) בחריפות. לקראת הערב סועדים "סעודה מפסקת".
- **יום הכיפורים עצמו:** יום הכיפורים, רובו ככולו מוקדש לתפילה ולתשובה. לרוב - מלבד הפסקת צהרים קצובה - ישהו רוב בני הקהילה כל היום בבית הכנסת. צום יום כיפור כולל חמישה איסורים: אכילה ושתייה, רחיצה, סיכה, נעילת סנדל שלא מעור, ויחסי אישות.
- **הצום והצמים:** ביום הכיפורים כולם חייבים לצום, מלבד במקרים בהם יש חשש (אפילו נמוך) שהצום יוביל לסיכון חיים. מומלץ לפנות לרב בשאלות לגבי מצבי בריאות פרטניים, מכיון שפעמים רבות יש שיחמירו או יקלו שלא לצורך.
- **בטיחות:** ביום כיפור נפגעים ילדים רבים במהלך רכיבה על אופניים, החלקה על גלגיליות, רולרבליידס וקורקינטים (באוכלוסיה שאינה שומרת מצוות). מומלץ ולידע את הפונים כיצד להתנהל בצורה נכונה לקראת החג (ראו קישור להנחיות בסוף איגרת זו).

בכל מקרה, אין לראות בדף זה משום ייעוץ הלכתי.

האיגרת עובדה על סמך איגרת יום כיפור לאירגוני בריאות שנכתבה על ידי צוות המרכז הבין תרבותי לירושלים שבחר להיעזר בגישת ה-Creative Commons לקוד פתוח כגישה מנחה לצורך הגדרת אופני השימוש בחומרים שלו. אגרות מידע נוספות ניתן למצוא [בדף הפרסומים של המרכז הבין-תרבותי לירושלים](https://tinyurl.com/4fepbvja)

לקריאה נוספת: הנחיות בטיחות ליום כיפור – ארגון "בטרם": <https://tinyurl.com/4fepbvja>