



...הריני מקבל עלי בלי נדר

קבלות לנשים

- Learn more about Shabbos
- Learn the Halachos of Shabbos
- Prepare for Shabbos earlier
- Put tablecloth on the table Thursday night
- Put tablecloth on the table Friday before חצות
- Put tablecloth on the table before Shabbos
- Set up table before Shabbos
- Make the עבודה of lighting candles more uplifting
- Light candles 5 minutes early
- Light candles at the right time
- Say the proper תפילות after I light candles
- Say the תפילות with extra כוונה
- Say תפילת חנה after I light
- Say a perek of תהילים after I light
- Light candles in שבת בגדי
- Daven מעריב on Fri night
- Clean up right after the סעודה ליל שבת
- Set the table for the שבת סעודה right away
- Encourage more תורה learning on Shabbos
- Wash for all 3 סעודות
- Prepare the הבדלה
- Light 2 candles after Shabbos
- Wash for מלוח מלכה
- Set the table for מלוח מלכה
- Make something special for מלוח מלכה
- Think about Shabbos on Wednesday

הריני מקבל עלי בלי נדר _____ עד ראש השנה

תשפ"ז

Name _____