



CHECKLIST

TICHEA BEAV 5784

12-13 AOÛT 2024

LUNDI 12 AOÛT (8 AV 5784)

- ✓ Il est préférable de finir ses études quotidiennes avant 'Hatsot
- ✓ On fera Min'ha assez tôt sans Ta'hanoune
- ✓ On mange un repas conséquent en fin de journée, puis, un repas nommé Séouda Hamafséket : il sera composé de pain et d'un œuf dur trempés dans la cendre
- ✓ On récite Birkat Hamazone
- ✓ Dès le coucher du soleil, il sera interdit de manger et boire, de se laver, se parfumer, avoir des relations intimes, et se chausser de cuir
- ✓ On n'étudie que des matières liées au 9 Av
- ✓ Je change de chaussures après le repas
- ✓ Après Arvit, on s'assoit sur des petits sièges et on lit Ei'ha

MARDI 13 AOÛT (9 AV - LE MATIN)

- ✓ Après Modé Ani, je me lave les mains que jusqu'aux phalanges
- ✓ Je me nettoie les yeux avec la serviette humide de Nétila
- ✓ Je ne me rince pas la bouche
- ✓ Je récite les bénédictions sans « Chéassa Li Kol Tsorki »
- ✓ Je ne mets ni Talit ni Tefilin
- ✓ Je porte le Talit Katan sans Bera'ha
- ✓ Je ne tiens pas les Tsitsit dans la prière du matin
- ✓ Après la Amida, je ne dis pas Ta'hanoun
- ✓ Après la lecture du Sefer et de la Haftara, on lit les Kinot jusqu'à 'Hatsot
- ✓ Je récite Achréi et Ouva Létsion en retirant le passage « Vaani Zot Bériti »
- ✓ Je lis Ei'ha à titre individuel



CHECKLIST

TICHEA BEAV 5784

13 AOÛT 2024

MARDI 12 AOÛT (APRÈS-MIDI)

- ✓ Après 'Hatsot, je peux m'asseoir normalement
- ✓ Dès 'Hatsot, on peut préparer les repas du soir
- ✓ Il est d'usage de donner la valeur d'un repas à la Tsédaka
- ✓ Avant Min'ha, je mets mon Talit et mes Téfilines (Si je ne mets pas encore de Talit Gadol, je fais la Bera'ha sur le Talit Katan)
- ✓ Je récite le Chéma
- ✓ Je finis Chir Chel Yom, Ein Kélokénou
- ✓ J'étudie les études quotidiennes de 'Hitat
- ✓ On procède à un Siyoum
- ✓ Je reste avec les Téfilines
- ✓ On prie Min'ha avec la lecture du Sefer et la Haftara
- ✓ Je n'oublie pas de dire « Na'hem » et « Anénou »
- ✓ Après Alénou, on dit les Michnayot habituelles
- ✓ Je mets mes Téfilines de Rabénou Tam

MARDI 12 AOÛT (LA SOIRÉE)

- ✓ Fin du jeûne à la tombée de la nuit.
- ✓ Après Arvit, je fais Nétilat Yadaïm sans Béra'ha
- ✓ Je me rince le visage et je change de chaussures
- ✓ Je procède au Kidouch Lévana
- ✓ Il est d'usage d'attendre demain 'Hatsot pour manger de la viande.
- ✓ J'étudie le Rambam de la journée