



Guide de Pessah'

5786 2026

פסח
שמח

Joyeuses
fêtes de
Pessah

REDACTEUR EN CHEF : MAURICE NIDDAM
CONCEPTION & REALISATION : YOSSI BENAVERAHAM
SITE : WWW.CONSISTOIRENICE.ORG
APPLICATION : CONSISTOIRE NICE

Edito de Maurice NIDDAM, Président du Consistoire de Nice



Alors que *Pessa'h* nous réunit toutes et tous, il paraît particulièrement important de réfléchir à ce moment privilégié d'union que nous offre notre Créateur. Le Maître de l'univers se présente à nous, dès le Premier Commandement qu'IL énonce au Sinaï, comme Notre D.ieu, Qui nous a fait sortir d'Egypte, d'une maison d'esclaves.

Puis **le Peuple juif tout entier**, c'est-à-dire – il faut le souligner – **sans aucune exception, reçoit la Torah**. Ces moments sans équivalents d'union dans la Réception du Texte sacré s'épanouissent bien au-delà de l'unité sans faille. Ils permettent d'élever le peuple, dans son acceptation du Message divin, **à la hauteur de la Cohésion**.

La Cohésion est indissociable de deux notions : la proximité et le contact. Être attaché à constituer cet ensemble se conjugue avec l'adhésion à la force de la Vérité. Il en résulte **une solidité** à toute épreuve, qui permet de résister aux temps d'exil et aux attaques successives, **tout en veillant à la faire croître au sein du groupe humain**.

Aujourd'hui, et bien sûr pour demain, **il nous appartient de mettre en œuvre cette cohésion** pour la renforcer continuellement, car elle ne peut être comprise qu'en dynamique. **Elle se concrétise dans l'action**, qui peut se décliner au choix comme suit : les activités communautaires, les offices, les actes de bienfaisance et la générosité.

La Cohésion repose surtout sur un état d'esprit, qu'il nous appartient de faire vivre : celui d'une solidarité sans faille, car nos existences reposent sur une même histoire et une identique communauté de destin, dans la pleine confiance en le Créateur. IL attend de nous qu'en chaque circonstance tous les membres de notre ensemble soient liés et irrigués.



2026 5786



PESSAH GUIDE

31/03

BEDIKAT 'HAMETS

RECHERCHE DU 'HAMETS A PARTIR 20H31
BRULER LE HAMETS LE 01.04 AVANT 12H25

01/04

'HAMETS

FIN DE CONSOMMATION DU 'HAMETS AVANT 11H25
FIN DE POSSESSION DU 'HAMETS AVANT 12H25

01/04

1ER. SEDER DE PESSAH

ALLUMAGE DES BOUGIES AVANT 19H39

02/04

2EME. SEDER DE PESSAH

ALLUMAGE DES BOUGIES APRES 20H33
A PARTIR D'UNE FLAMME EXISTANTE
ALLUMAGE DES BOUGIES 03/04 AVANT 19H41
FIN DES 1ERES. FETES : 04/04 APRES 20H45

07-09/04

YOM TOV PESSAH

ALLUMAGE DES BOUGIES 07.04 AVANT 19H46
ALLUMAGE DES BOUGIES 08.04 APRES 20H41
A PARTIR D'UNE FLAMME EXISTANTE

09/04

FIN DE PESSAH

FIN DE LA FETE 09.04 APRES 20H51

TOUTES LES INFORMATIONS SUR : CONSISTOIRENICE.ORG
APPLICATION : [CONSISTOIRE NICE](#)

You Tube

בס"ד

REJOIGNEZ

La chaîne du Rav Teboul



Franck TEBOUL



ABONNEZ-VOUS
GRATUITEMENT !

Recevez une

NOTIFICATION

Dès qu'une nouvelle vidéo est en ligne...

Chaîne disponible sur l'application : MACOMMUNAUTE



WWW.CONSISTOIRENICE.ORG

CB

**Je fais un don
en ligne**



Edito de Franck TEBOUL, Grand Rabbin de Nice & Région



Je vous souhaite une bonne fête de pessah avec beaucoup de bonheur et de liberté et une pensée particulière aux soldats d'Israël et la protection de tout le peuple d'Israël amen .

Aussi , il faut rappeler en cette veille de pessah l'importance d'être réunis autour du seder , en lisant , en traduisant et expliquant chaque partie de la haguada , la misva du récit de la sortie d'Égypte . Nous devons considérer chaque année que c'est comme si aujourd'hui nos sortions d'Égypte, en revivant profondément la sortie d'Égypte et en enseignant à nos enfants.

Le Maharal de Prague explique que nous devons sortir aussi de notre exil personnel, de nos angoisses et de ce qui nous emprisonne.

Nos rabbanim expliquent qu'en ces moments difficiles, nous devons avoir une prise de conscience suivie d'une réalisation concrète pour faire avancer l'histoire. En effet, nous sommes tous concernés par Israël, chacun a pris conscience de l'antisémitisme présent et aussi de l'anti sionisme. Nous devons aussi féliciter ceux , même s'ils sont peu nombreux, qui ont soutenus Israël.

C'est la raison pour laquelle je pense qu'il est de notre devoir de rappeler certaines évidences: Je suis fier d'être juif, je suis fier de mon histoire, fier de ma culture et de mon identité ! Grâce à Dieu, nous avons résisté à tous les exils successifs, à tous les pogroms, à tous les massacres et inquisitions... mais nous avons toujours grandi grâce à la résilience, cette capacité de pouvoir aller de l'avant, malgré l'adversité mais surtout grâce à notre Emouna, cette foi chevillée au peuple qui nous porte et imprime en nous notre éternité parce que reliés à l'Eternel !

L'union du peuple juif a toujours été et sera toujours notre force ! Soyons fiers de notre peuple et de notre terre d'Israël ! Lorsque certains doutent encore de nos capacités, nous leur déclarons en cette veille de Pessah , qu'il y a 2500 ans en Perse , un « certain » Haman, vice-roi du roi Assuerus organisa notre extermination totale!! Et non seulement c'est lui et toute sa famille qui furent pendus sur sa propre potence , mais en plus les peuples ont oublié son nom et nous sommes les seuls à le rappeler chaque année !! (l'histoire se répète....)

Nous sommes ceux qui rappellent que grâce à un élan de tout le peuple, Hachem renversa le cours de l'histoire et transforma notre deuil en victoire éclatante ! Nous avons une histoire commune, la seule différence c'est que nous connaissons déjà la fin du film (venue du machiah) , alors ne doutons plus , soyons encore et encore unis et persuadés que nous sortirons vainqueurs !!





Les Séjours et Restaurants Kashers pour Pessah 2026

Sous la stricte surveillance du

Beth Din de Nice et de la Région – Kasher Lepessah Lamehadrine

(avec ou sans kitniot à confirmer sur place)

SÉJOURS

► Maroc

Hotel the St Regis la Bahia Blanca-Agadir-White and Blue - Contact : Mr Trojman 06 16 64 07 31

Hotel The View-Fnideq- White and Blue - Contact : Mr Trojman 06 16 64 07 31

► Grèce

I resort Beach Hotel & Spa Signature - Contact : Mr Elfassi 06 09 60 27 28

► Italie

Miramare Hotel San Remo - Contact : Mme Augusto 06 95 34 21 94

► France

► Cannes

Hotel Julianas - Contact : Mr Layani 06 03 29 14 36

Hôtel Martinez - Contact : Mr Guez 06 24 30 42 04

RESTAURANTS

► Antibes / Juan Les Pins

Berbeche 26 avenue Amiral Courbet 06160 Antibes - Contact : 04 12 04 55 55

Le Lev 12 avenue Marechal Joffre 06160 Antibes - Contact : Mme Levy 06 61 66 21 60

► Cannes / La Croisette

Le Moye 84 boulevard de la Croisette 06400 Cannes - Contact : 04 93 43 54 51

Cannes Casher au Centre Communautaire de Cannes 17/20 boulevard d'Alsace 06400 Cannes - 06 60 10 39 87

► Nice

Bistro K 103 boulevard de Cessole 06100 Nice - Contact : Mr Darmoun 06 60 68 93 98

Le Garden 22 rue Rossini 06000 Nice - Contact : Mr Bensimon +33 7 51 55 94 26

► Commande de repas

Mme Fedida : 06 25 83 68 10 | **Benjamin Traiteur** : 06 06 76 39 15 | **Mr Bensimon** : +33 7 51 55 94 26

► Maisons de retraite

La Villa Jacob 32 avenue General Estienne 06000 Nice

La Colline 181 route de Saint Antoine 06200 Nice



LE CONSISTOIRE DE NICE
CÉLÈBRE LES

78

ANS D'ISRAËL

Dimanche 19 Avril 2026

11H00



Animations pour enfant

5€/Enfant de - 13 ans

10€/pers + 13 ans



Tournois de paddle & football



*2 navettes mises à disposition
(5€/pers)*



Barbecue Party

Inscription ici



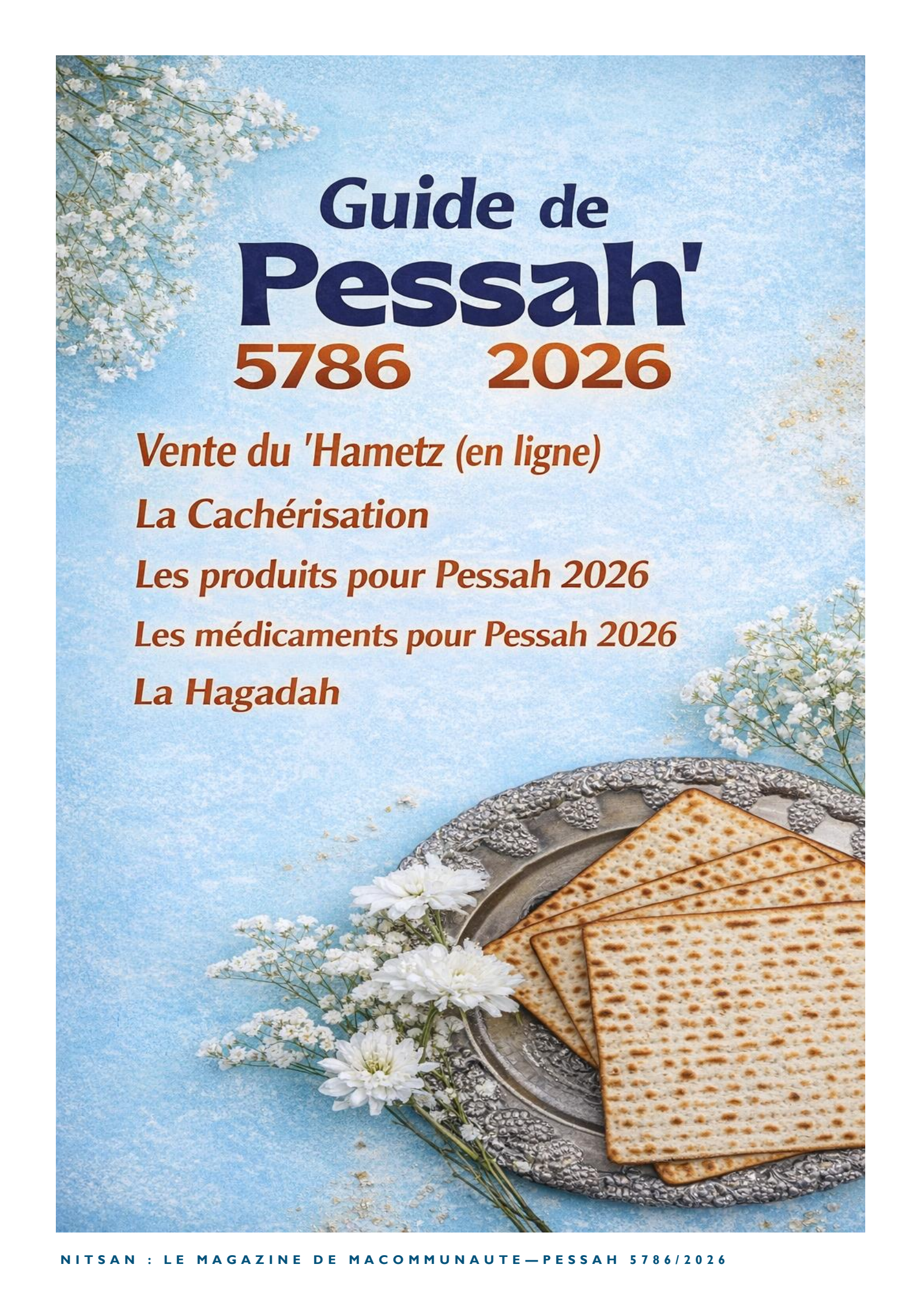
INFORMATION - 04 93 92 11 38

Urban soccer

2284 Rte de Grasse, 06270 Villeneuve-Loubet



בית
CONSISTOIRE DE NICE



Guide de Pessah'

5786 2026

Vente du 'Hametz (en ligne)

La Cachérisation

Les produits pour Pessah 2026

Les médicaments pour Pessah 2026

La Hagadah



LE SEDER

Sens général

Le Seder, qui veut dire « ordre », tourne autour de la consommation de mets ou de quatre coupes de vin. La bouche est le lieu par où passe l'aliment, et par où la parole s'exprime pour dire ce que cet aliment porte de symbolisme et de sens.

Comme nos sages zal le soulignent par un jeu de mot signifiant: Pessah se décompose en Pé – Sa'h « La bouche raconte. »

Telle fut la bénédiction transmise par Isaac à son fils Jacob : « La voix est la voix de Jacob. » La transmission orale prend toute sa valeur à la table du Seder, quand les générations se rencontrent pour redire la mémoire ancestrale.

Mais attention, il ne s'agit pas seulement de commémorer, il s'agit aussi d'actualiser. Comme l'enseigne cet adage rabbinique : « Dans chaque génération, l'homme doit se considérer comme étant lui-même sorti d'Egypte.»

La préparation, le récit, les chants, les commentaires, la manière de manger, tout doit contribuer à créer une atmosphère de fête et de joie de la mitsva, où les enfants auront la place d'honneur.

C'est pourquoi il n'est pas faux de parler d'un Seder interactif dans la mesure où la Haggadah (Récit de la sortie d'Egypte) est conçue sous forme de questions-réponses.

Début de la soirée : On ne peut pas commencer le Kiddouch avant la récitation de ârvit / mâariv et avant la nuit mais on ne traînera pas, ceci afin de permettre aux enfants de participer au Seder. On prendra soin de se reposer et faire dormir les enfants dans l'après-midi afin qu'ils soient attentifs pour la soirée.





-- **3 MATSOT ENTIÈRES**, chémourot (surveillées avec plus de rigueur, depuis la moisson), fabriquées pour la mitsva (lechem mitsva). C'est pour cela qu'il est souhaitable qu'elles soient faites à la main. La matsa rappelle la sortie précipitée d'Egypte.

-- **ZÉROA : L'os**. Il évoque seulement l'agneau pascal, puisqu'il est interdit de pratiquer un sacrifice hors du Temple. On prend en général l'épaule mais ce n'est pas obligatoire, n'importe quel morceau de viande avec son os, même de volaille, peut convenir.

-- **BÉ TSA : L'oeuf**. Il rappelle le 'haguiga sacrifice du jour de fête (yom tov). En choisissant un oeuf, les sages ont, en même temps, voulu évoquer la destruction du Temple et le deuil qui en suivit (l'oeuf étant un des aliments traditionnels du deuil). Il se trouve d'ailleurs que le jour de la semaine où tombe le premier jour de Pessah est le même où tombe le 9 Av, anniversaire de la destruction du temple de Jérusalem.

-- **MAROR : Les herbes amères**, en général, de la romaine, endives ou raifort (attention de bien les laver et de vérifier qu'il n'y a plus d'insectes), nous rappellent la vie amère de nos ancêtres.

-- **'HAROSSÉT : De la racine 'heress, «argile»**, cette compote symbolise le mortier. Sa composition dépend des différentes traditions culinaires des communautés, mais le plus souvent l'on trouve les fruits mentionnés dans le Cantique des cantiques (dattes, pommes, noix...).

-- **KARPASS** : Un légume pour le premier trempage, en général du céleri ou du persil.

-- **'HAZERET** : Il s'agit d'une salade comme le maror ; seule la 'hazeret sert au korekh (sandwich de matsa et d'herbes amères).

-- **L'eau salée**, citronnée ou vinaigrée ne se trouve pas dans le plateau et rappelle les larmes des opprimés.

-- **Quatre coupes de vin ou jus de raisin**, qui rappellent la libération par D. qui s'est effectuée en quatre étapes

-- LECTURE DE LA HAGGADAH

Il faut dans la mesure du possible comprendre, raconter et expliquer la Haggadah. Une personne qui ne peut lire la Haggadah en hébreu peut la lire en français. Sur-tout soyez vous-mêmes les acteurs de la soirée, n'utilisez pas de cassette, vidéo, de disque ou CD-ROM... du fait que nous sommes un jour de fête, l'utilisation de tous ces outils techniques est interdite.

-- LES QUATRE COUPES

Chacun doit boire accoudé du côté gauche, (et non du côté droit pour ne pas avaler de travers), quatre coupes de vin ou jus de raisin, le verre de Kiddouch étant le premier. Chaque convive aura un verre qui doit contenir au minimum 8,6 cl (ou mieux 15 cl). La position accoudée rappelle la situation des hommes libres qui, dans l'Antiquité, mangeaient sur des lits

-- LA MATSA

Chacun doit manger accoudé 30g de Matsa.

-- LE MAROR

On ne mange pas les herbes amères en position accoudée, car elles évoquent l'esclavage et non la liberté.

-- LE REPAS

Après le récit, le repas qui sera l'occasion d'apprécier le travail de nos chères épouses. On gardera une petite place pour l'afikomane !

-- L'AFIKOMANE

A la fin du repas, on prendra 30 g de Matsa en souvenir de l'agneau pascal. On ne peut plus rien manger ou boire après l'afikomane, excepté les 2 derniers verres, ou de l'eau, à la rigueur un café.

-- LE VERRE D'ELIAHOU HANAVI

Il y a une discussion dans le Talmud pour connaître le nombre de coupes à boire au Séder, est-ce 4 ou 5 ? On considère la cinquième coupe comme celle du prophète Elie qui sera l'annonciateur « du jour de l'Eternel grand et redoutable » (cf. Malachie III, 23.)

-- FIN DU SÉDER

Il est bon de finir le Séder avant Hatsot **01H35** au moins d'avoir mangé l'afikomane avant cet horaire. Pour plus de détails sur le déroulement de la soirée, suivez les indications de votre Haggadah qui dans les éditions modernes explicite convenablement et en français le déroulement de la soirée.

On finira la soirée par des chants ou l'étude, jusqu'au sommeil.



SOCIÉTÉ DE BIENFAISANCE ISRAËLITE DE NICE

3, avenue Jean Médécin 06000 Nice - Entrée par le Restaurant Indien

Téléphone : 04 93 92 11 38

« DONNER ENRICHIT CELUI QUI OFFRE AUTANT QUE CELUI QUI REÇOIT »

5786 Pessah 2026

Chers Bienfaiteurs et bienfaitrices,

Nous vous invitons comme chaque année à participer à la Mitzvah de Pessah pour les bénéficiaires de la société de Bienfaisance.

Nous servons **près de 200 familles répertoriées** mais nous accueillons indistinctement **tous ceux qui demandent** de l'aide pour passer des **fêtes dignes et cachères**.

Nous aidons également les **familles nécessiteuses en Israël**.

C'est ainsi que chacun reçoit **un chèque d'une valeur de 100 à 300 euros** selon la composition de la **famille** et un ou **plusieurs colis**.

Chaque colis contient :

- ✓ Matsot
- ✓ Vin, jus de raisin
- ✓ Gâteaux, fromage, charcuterie
- ✓ Viande, poulet, hagada de Pessah, etc...

Vos dons sont **redistribués à 100 %** sans aucun frais.

Pour le Conseil d'Administration,
Le Président,
Guy TOUBIANA

Je participe pour :Euros – Chèque à l'ordre de la S.B.I.N.

IBAN : FR76 1460 7003 5370 2133 7380 467

Un reçu cerfa vous sera adressé



Bénédiction sur les arbres en fleurs

Le mois de Nissan est appelé dans la Torah le mois du printemps (hodech haaviv). Les arbres fruitiers en fleurs nous donnent l'occasion de louer l'Eternel par la bénédiction qui convient (birkat hahodaa). Ce sont les kabbalistes de Safed au XVIème siècle qui ont donné à cette cérémonie une nouvelle ampleur (comme ils l'ont fait pour le Nouvel an des arbres.) Cette bénédiction se récite une seule fois par an durant tout le mois de nissan.

Quand ?

De préférence, entre le **jeudi 19 mars 2026** et **vendredi 17 avril 2026**.

Quel type d'arbre et combien ?

Deux arbres fruitiers en fleur, au minimum.

Où ?

De préférence en dehors de la ville, sinon dans une propriété ou un parc à l'intérieur de la ville. En récitant la prière, chacun prendra conscience que de la même manière que l'Eter-

nel fait sortir les fruits de l'arbre, il a fait sortir nos pères d'Egypte ; et de la même manière que la qualité des fruits dépend du soin que nous apportons à leur entretien, de même nos vertus et nos bonnes actions dépendent de la qualité de nos intentions pour servir D.

VOICI LE TEXTE DE CETTE BÉNÉDICTION :

Baroukh ata ado-naï é-lo-hénou mé-lékh ha'olam chélo hissér béolamo keloum, ouvara vo bériot tovot veilanot tovot léhanot bahém béné adam.

« Tu es source de bénédiction, Roi du monde, qui n'a rien fait manquer dans Son monde, et qui a créé de belles créatures et de beaux arbres pour que les hommes puissent en tirer profit. »

Cette bénédiction sera suivie de la récitation du psaume 148, qui est la louange de la création adressée au Créateur du monde.



Téléchargez l'application du Consistoire de Nice !

- *Les évènements, les rendez-vous de votre communauté*
- *Les fêtes, les prières, la vie juive*
- *Les produits et établissements cachers*
- *Le Mikvé, le Nitsan Magazine, la Newsletter*



www.consistoirenice.org





פסח כשר ושמח!

3, avenue Jean-Médecin 06000 Nice

Téléphone : 04 93 92 11 38

www.consistoirenice.org

**Bonne
fête de
Pessah !**

