

↪ *Tableau récapitulatif de la période Nidda (impureté menstruelle)*

**Exemple : si le flux sanguin apparaît un mercredi avant le coucher du soleil.**

<i>Dimanche</i>	<i>Lundi</i>	<i>Mardi</i>	<i>Mercredi</i>	<i>Jeudi</i>	<i>Vendredi</i>	<i>Samedi</i>
-	-	-	1 <sup>er</sup> jour de menstruations (=apparition du flux sanguin)	2 <sup>ème</sup> jour de menstruations	3 <sup>ème</sup> jour de menstruations	4 <sup>ème</sup> jour de menstruations
5 <sup>ème</sup> jour : le flux sanguin a stoppé → Procéder à la première vérification en fin d'après-midi, avant le coucher du soleil.  - Si le tissu est blanc, commencer à compter les 7 jours de purification dès le lendemain.	1 <sup>er</sup> jour de pureté → Continuer les vérifications chaque matin et chaque fin d'après-midi durant les 7 jours de pureté	2 <sup>ème</sup> jour de pureté → Vérifications	3 <sup>ème</sup> jour de pureté → Vérifications	4 <sup>ème</sup> jour de pureté → Vérifications	5 <sup>ème</sup> jour de pureté → Vérifications	6 <sup>ème</sup> jour de pureté → Vérifications
7 <sup>ème</sup> jour de pureté → Vérification Puis, après la tombée de la nuit, procéder au Mikvé.	-	-	-	-	-	-