



..הריני מקבל עלי בלי נדר

לימודים

- Learn הלכות שבת
- Learn משניות שבת (suggestion: 1 משנה a day)
- Learn מסכת שבת (suggestion: 1 ½ blatt a week)

הכנה לשבת

- Put on שבת tablecloth Thursday night.
- Put on שבת tablecloth ע"ש before חצות.
- Set up the candles by Thursday night.
- Set up the candles ע"ש before חצות.
- Set up the candles half an hour before זמן.
- Set the table ע"ש.
- Go to the מקוה before שבת.
- Be שנים מקרא ואחד תרגום on מקפיד.
- Call my parents and grandparents before שבת.
- Be ready for שבת a half an hour before the זמן.
- Be ready for 10 שבת minutes before the זמן.
- Be ready for 5 שבת minutes before the זמן.
- Say מנחה שיר the שירים before.

Davening

- Be on time to shul for מנחה.
- Say "הודו" before מנחה.
- Say שבת קבלת with more כוונה.
- Stand during שבת קבלת.
- Stand during לכה דודי.
- Say שבת לכה דודי with more כוונה.
- Not to learn while singing לכה דודי.
- Not to talk during davening.

סעודות ליל שבת

- To be more careful about דבר דבר.
- To be careful about דבר דבר until after המוציא.
- To sing שלום עליכם with more כוונה.
- To sing שלום עליכם with our children.
- To think thoughts of תשובה before קידוש.
- To say קידוש with extra כוונה.
- To sing זמירות שבת with more כוונה.
- To say תורה דברי at the סעודה.
- To be careful about דבר דבר during the סעודה.
- To learn something with the family during the (הלכות שבת וכדו).

עד ראש השנה תשפ"ז הבעל"ט

Name _____

- To learn after the סעודה of שבת.

שבת by day.

- To learn for an hour before שבת morning davening.
- To learn for a half an hour before שבת morning davening.
- To learn for ten minutes before שבת morning davening.
- To be on time for davening.
- To say נשמת with extra כוונה.
- Not to talk during קריאת התורה.
- Not to talk during גברא לגברא.
- To daven מוסף with extra כוונה.
- To learn right after davening for a few minutes.
- To uplift the שבת day סעודה.
- To be extra מקפיד דבר on מקפיד during the שבת day סעודה.
- To have a learning שבת on סדר afternoon.

שלוש סעודות

- To be more careful to wash for שלוש סעודות.
- To come to shul for שלוש סעודות.
- To be extra careful with זמירות שלוש סעודות.
- To be extra מקפיד דבר on מקפיד during שלוש סעודות.

מוצאי שבת

- Not to do מלאכה until after רבינו תם.
- No to turn on my phone for 5 minutes after the הבדלה.
- To learn for 5 minutes right after the הבדלה.
- Help clean up after שבת.
- Be מקפיד to wash for מלוה מלכה.
- Keep the שבת tablecloth on until after מלוה מלכה.
- Cook something new מלוה מלכה.
- Say סיפורי צדיקים during מלוה מלכה.
- Light 2 candles right after שבת.
- Say ויתן לך.
- Sing זמירות מלוה מלכה.
- Keep on בגדי שבת until after מלוה מלכה.
- Write down one nice thought I heard on שבת.

הריני מקבל עלי בלי נדר