



Ma planification du Ramadan

Que ce Ramadan soit parmi les meilleurs





Chaque action se fonde sur l'intention et c'est l'intention qui dicte son acceptation. Une intention ferme augmente la valeur de vos bonnes actions et plusieurs bonnes intentions accroissent la récompense.

Alors, commençons par avoir les bonnes intentions.



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Ce Ramadan, je promets de me rapprocher d'Allah SWT. Je m'efforcerais d'observer entièrement mes journées de jeûnes durant ce mois et d'augmenter mes efforts dans l'accomplissement de la prière, dans la distribution de la charité, dans la récitation du Coran, dans le temps que j'accorde aux douas et au dhikr afin:

- De rechercher le plaisir d'Allah;
- De m'acquitter du commandement d'Allah SWT et d'un des piliers de ma religion;
- D'augmenter ma conscience d'Allah (taqwa);
- D'augmenter ma maîtrise de soi;
- D'augmenter la gratitude que j'ai pour tout ce que je possède et dont je jouis;
- De travailler sur la rectification des affaires de ma vie afin qu'elles correspondent aux commandements d'Allah SWT;
- D'être un bon exemple pour ma famille;
- De m'efforcer de mener une vie saine;
- D'augmenter mon empathie et ma compassion pour les autres.

• Inscrivez la vôtre

•

•

SIGNATURE _____

DATE _____



Quiconque **jeûne** durant le mois de **Ramadan** avec une **foi sincère** et avec **l'espoir de recevoir les récompenses d'Allah**, alors, tous ces **péchés ultérieurs** seront **pardonnés**.

RAPPORTÉ PAR
AL-BUKHARI ET MUSLIM

Liste de vérification pré-Ramadan



- ❁ Demandez à Allah SWT de vous permettre d'atteindre le mois du Ramadan: «Allahuma balighna Ramadan».
- ❁ Considérez ce Ramadan comme s'il sera votre dernier.
- ❁ Jeûnez les jours que vous n'avez pas fait durant les Ramadans qui ont précédé.
- ❁ Pratiquez vous à jeûner en jeûnant les jours conseillés dans la sunna (les lundis et jeudis ou en tout temps durant le mois de Sha'baan).
- ❁ Établissez de nouveau une connexion avec le Coran et augmentez sa récitation.
- ❁ Aménagez un coin confortable et invitant pour l'adoration, une sorte de «coin Ibadah».
- ❁ Mettez de côté une certaine somme d'argent que vous prévoyez donner en charité lors du mois de Ramadan.
- ❁ Préparez une liste de douas.
- ❁ Identifiez quelques mauvaises habitudes que vous voudriez éliminer.
- ❁ Planifiez un horaire pour vos adorations journalières.
- ❁ Fixez des objectifs en termes de charité, de récitation, de prières, etc., pour ce Ramadan.
- ❁ Faites votre épicerie du Ramadan avant qu'il ne commence afin de pouvoir vous concentrer sur l'adoration par après.
- ❁ Diminuez les heures que vous passez sur les médias (médias sociaux, films, etc.).
- ❁ Préparez vos repas à l'avance et prévoyez un menu journalier.
- ❁ Renouvelez vos intentions.

Douas quotidiens



ذَهَبَ الظَّمَاُ وَابْتَلَّتِ العُرُوقُ وَثَبَتَ الأَجْرُ إِن شَاءَ اللهُ

«La soif est dissipée, les veines sont abreuvées et la récompense est assurée si Allah le veut.»



أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ نَسْتَغْفِرُ اللهَ نَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَنَعُوذُ بِكَ مِنَ النَّارِ

«J'atteste qu'il n'y a aucune divinité en dehors d'Allah, nous demandons le pardon d'Allah. Nous Te demandons le paradis et nous nous réfugions en Toi de l'enfer.»



اللَّهُمَّ إِنَّكَ عَفُوٌّ تُحِبُّ العَفْوَ فَاعْفُ عَنِّي

Ô Allah, Tu es Pardonneur, Tu aimes pardonner, alors pardonne-moi»



اللهم إِنِّي أَسْأَلُكَ العَفْوَ وَالْعَافِيَةَ وَالْمُعَافَاةَ الدَّائِمَةَ فِي الدِّينِ وَالدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

«Ô Allah! Je te demande le pardon, le salut, la bonne santé et le bien-être constant dans ma religion, dans ma vie d'ici-bas et dans l'au-delà.»



لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ

«Pas de divinité en dehors de Toi! Gloire à Toi! J'ai vraiment été du nombre des injustes!» (21:87)



يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ

«Ô Toi le Vivant, Celui qui n'a besoin de rien et dont toute chose dépend, j'implore secours auprès de Ta miséricorde.»



لِلَّهِمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِرَحْمَتِكَ الَّتِي وَسَعَتْ كُلَّ شَيْءٍ أَنْ تَغْفِرَ لِي

«Ô Allah je t'implore par Ta miséricorde qui enveloppe toute chose, que Tu me pardonnes.»

Douas quotidiens



رَبَّنَا ءَاتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ

«Ô Notre Seigneur, accorde-nous belle part ici-bas et belle part dans l'au-delà et protège-nous du châtement du Feu.»



اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْجَنَّةَ وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ النَّارِ

«Ô Allah, je te demande le paradis et je me réfugie en Toi de l'enfer.»



رَبِّ ابْنِ لِي عِنْدَكَ بَيْتًا فِي الْجَنَّةِ

«Ô mon Seigneur, construis-moi une maison auprès de Toi.»



رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ إِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً إِنَّكَ أَنْتَ الْوَهَّابُ

«Seigneur! Ne laisse pas dévier nos cœurs après que Tu nous aies guidés; et accorde-nous Ta miséricorde. C'est Toi, certes, le Grand Donateur!» (3:8)



اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْعَفْوَ وَالْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

«Ô Allah je Te demande le pardon et le salut dans cette vie et dans l'au-delà.»



رَبَّنَا تَقَبَّلْ مِنَّا إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ

«Seigneur, accepte cela de nous, tu es l'Entendant, l'Omniscient.»



رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءَ

«Seigneur, accepte mon invocation.»

Trois formidables habitudes

Que voulez-vous accomplir ce Ramadan?



HABITUDE N° 1

Effectuez la prière surérogatoire de Fajr

Deux raka'at avant les deux rak'at obligatoires de la prière de Fajr ont des bienfaits inimaginables pour cette vie et celle de l'au-delà.

Le Prophète ﷺ a dit: «Les deux raka'at qui précèdent le Fajr me sont plus chères que la vie d'ici-bas et ce qui s'y trouve.»

Rapporté par Muslim

Comment comptez-vous y parvenir?

HABITUDE N° 2

Lisez le Coran quotidiennement

Essayez de réciter le Coran pendant au moins quelques minutes chaque jour. Récitez au moins un verset tout en lisant sa traduction. Pensez à ce qu'Allah SWT vous dit et méditez sur la signification.

Ibn Taymiyyah a dit: «Quiconque médite sur la signification du Coran en y recherchant la bonne voie, Allah SWT rendra le chemin de la vérité clair pour lui.»

Comment comptez-vous y parvenir?

HABITUDE N° 3

Dhikr et douas quotidiens

Prévoyez un moment dans la journée pour faire des douas. Divisez cette période entre les douas prophétiques, le dhikr et les douas personnels. Utilisez ces moments afin de véritablement vous rapprocher d'Allah SWT.

Comment comptez-vous y parvenir?

Mes objectifs pour ce Ramadan

Que voulez-vous accomplir ce Ramadan?



Point focal

Objectifs pour les 10 derniers jours

Comment je compte accomplir mes objectifs

Planification du Ramadan

1  Bienvenue Ramadan!	2	3	4
9	10	11	12
17	18	19	20 Les dix meilleures nuits (commencement des dix derniers jours)
25 Nuit du destin	26	27 Nuit du destin	28

5	6	7	8
13	<p>14</p> <p>Courage! Tu y es presque!</p> <p>C'est la moitié du Ramadan!</p>	15	16
<p>21</p> <p>Nuit du destin</p>	<p>22</p>	<p>23</p> <p>Nuit du destin</p>	<p>24</p>
<p>29</p> <p>Nuit du destin</p>	<p>30</p>  <p>Aïd moubarak</p> 		

A large, white, stylized calligraphic shape resembling a cloud or a decorative frame, centered on a dark green background with a repeating geometric pattern. At the top and bottom of this shape are decorative elements consisting of a central gold-colored star-like symbol flanked by two smaller gold-colored diamond shapes.

À l'arrivée du **Ramadan**, les
portes du paradis sont
ouvertes, celles de l'enfer
sont fermées et les **démons**
sont enchaînés.

SAHIH BUKHARI



Mes objectifs pour les dix premiers jours

Que voulez-vous accomplir pour les dix premiers jours du Ramadan?



Objectifs des 10 premiers jours

Comment comptez-vous accomplir vos objectifs?

01 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Purifiez vos intentions afin que
votre jeûne et vos bonnes actions
ne soient que pour Allah SWT.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

*Quiconque demande le pardon
d'Allah SWT pour tous les
croyants et les croyantes,
Allah SWT comptabilisera pour
lui une bonne action pour chaque
croyant et chaque croyante.*

Tabarani

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

02 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Partagez une vidéo islamique, un document, une citation ou une image bénéfique afin d'inspirer les autres et taguez @idrscanada



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Les gens les plus aimés par Allah sont ceux qui sont les plus utiles aux autres.

**Hadith du Prophète ﷺ,
Musnad Ahmad**

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

03 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Prier Fajr et Isha en
congrégation.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

*Celui qui prie l'Isha en
congrégation, c'est comme s'il
avait prié la moitié d'une nuit
et celui qui prie l'Isha et le fajr
en congrégation, c'est comme
s'il avait prié une nuit
complète.*

Rapporté par Muslim

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

04 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Méditez sur tous les bienfaits dont vous jouissez et remerciez Allah SWT pour ces bienfaits.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

Et lorsque votre Seigneur proclama: «Si vous êtes reconnaissants, très certainement J'augmenterai [Mes bienfaits] pour vous. Mais si vous êtes ingrats, Mon châtement sera terrible.»

Sourate Ibrahim 14: 7

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

05 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Récitez 100 fois **أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَأَتُوبُ إِلَيْهِ**
Je demande pardon à Allah et je
me repens à Lui.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

*La vie d'ici-bas est la prison du
croyant et le paradis du
mécréant.*

Sunan Ibn Majah

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

<input type="text"/>	Verset
<input type="text"/>	Sourate
<input type="text"/>	Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

06 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Lisez le tafsir (l'explication) de certains versets du Coran et méditez sur ces versets et leur explication.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

Celui qui emprunte un chemin par lequel il recherche la science de la religion, Allah lui facilite le chemin vers le paradis.

Rapporté par Tirmidhi

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

07 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Essayez de garder vos ablutions toute la journée – les renouvelant immédiatement une fois que cela est nécessaire.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

«Allah aime ceux qui se repentent continuellement, et Il aime ceux qui se purifient.»

Sourate Al-Baqarah 2: 222

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

08 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Préparez-vous pour la prière à l'avance, concentrez-vous à bien accomplir vos ablutions et priez comme si Allah est devant vous.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

Le moment où le serviteur est le plus proche de Son Seigneur est lorsqu'il se trouve en prosternation. Multipliez donc les invocations à ce moment-là!

Rapporté par Muslim

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

09 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Envoyez à ou achetez de la nourriture pour quelqu'un avec qui vous n'êtes pas particulièrement proche afin de l'aider à briser son jeûne.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

Chaque jour, deux anges descendent des cieux et l'un d'entre eux dit: «Ô Allah! Accorde une compensation à la personne qui dépense dans ton chemin», alors que l'autre dit: «Ô Allah! Accorde ruine à la personne avare!»

Rapporté par Al-Bukhari

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdulillah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

10 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Évitez les mauvaises paroles et la mauvaise langue, que ce soit verbalement ou par textos.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

Celui qui n'abandonne pas le mensonge et les mauvaises actions, alors Allah n'a pas besoin qu'il abandonne sa nourriture ni sa boisson (c'est-à-dire qu'Allah n'acceptera pas son jeûne).

Rapporté par Al-Bukhari

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

Tout acte du fils d'Adam lui revient, sauf le jeûne. **Il est certes à moi et c'est Moi qui le rétribue.** L'haleine de la bouche du jeûneur est plus agréable auprès d'Allah que l'odeur du musc!

PROPHÈTE MOHAMMED ﷺ

Les objectifs des dix premiers jours

Prenez un moment pour méditer sur vos accomplissements

Avez-vous réalisé vos objectifs pour les dix premiers jours?



OUI



NON

Les 3 meilleures choses que j'ai réussi à accomplir durant les 10 premiers jours du Ramadan

Quels sont mes sentiments par rapport à mes objectifs?

Qu'ai-je appris?

Que puis-je faire afin de rendre mon Ramadan meilleur?

À quel point est-ce que je me sens proche de mon Seigneur?



TRÈS PROCHE



J'ESSAYE



JE DOIS FAIRE PLUS D'EFFORTS



Les **meilleurs des gens** sont
ceux qui **apportent le plus**
d'utilité au reste de
l'humanité.


PROPHÈTE MOHAMMED ﷺ





Mes objectifs pour la deuxième partie du Ramadan

*Faites de la deuxième partie du Ramadan
meilleure que les dix premiers jours*



Objectifs durant la deuxième partie du Ramadan

Comment comptez-vous accomplir vos objectifs?

11 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Méditez sur tout ce pour quoi vous êtes reconnaissants. Prosternez-vous à Allah en effectuant la Sajdat al-shukr pour tous ces bienfaits.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Celui qui ne remercie pas les gens n'a pas remercié Allah.

Prophète Mohammed ﷺ

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

12 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Effacez vos mauvaises actions:
pour chaque mauvaise action
que vous commettez, suivez-la
immédiatement avec une bonne
action.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

*Si vous commettez une
mauvaise action, suivez-la
immédiatement d'une bonne
action.*

Prophète Mohammed ﷺ

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

13 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Pardonnez la dette que quelqu'un vous doit – invoquez Allah pour qu'Il pardonne cette personne et qu'Il accepte de vous cette action.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Celui qui accorde un délai à une personne qui est dans la gêne ou lui annule sa dette, Allah le couvrira sous l'ombre de Son Trône le jour où il n'y aura pas d'autre ombre que la Sienne.

Prophète Mohammed ﷺ

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

14 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Méditez sur tout ce pour quoi vous êtes reconnaissants. Prosternez-vous à Allah en effectuant la Sajdat al-shukr pour tous ces bienfaits.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ

Allah nous suffit comme protecteur; Il est notre meilleur Garant.

Sourate Al-Imran 3: 173

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

15 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Aidez à fournir de la nourriture à ceux qui brisent leur jeûne ou aux nécessiteux, même si cette aide consiste seulement en un verre d'eau.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Chaque jour, deux anges descendent des cieux et l'un d'entre eux dit: «Ô Allah! Accorde une compensation à la personne qui dépense dans ton chemin», alors que l'autre dit: «Ô Allah! Accorde ruine à la personne avare!»

Rapporté par Al-Bukhari

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

16 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Agissez avec votre famille avec gentillesse et bienfaisance. Aidez-les dès qu'ils en ont besoin.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Le meilleur d'entre vous est celui qui a le meilleur comportement.

Prophète Mohammed ﷺ

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

17 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Récitez SubhanAllah,
Alhamdoulilah et Allahu Akbar
33 fois chaque.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

*Celui qui lit une lettre du livre
d'Allah a pour cela une bonne
action et la bonne action
compte 10 fois. Je ne dis pas
qu'Alif Lam Mim est une lettre,
mais Alif est une lettre, Lam est
une lettre et Mim est une lettre.*

Rapporté par Tirmidhi

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

18 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Faites un don, peu importe le montant, pour la construction d'une mosquée, d'une école ou donnez pour toutes autres bonnes causes.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Si vous faites un prêt sincère à Allah, Il le multipliera pour vous et vous pardonnera. Allah est cependant très Reconnaissant et Indulgent.

Sourate At-Taghabun 64: 17

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

Verset

Sourate

Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

19 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Purifiez votre cœur et invoquez Allah pour ceux que vous aimez ainsi que ceux qui vous ont fait du mal.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

L'invocation du musulman en faveur de son frère absent est exaucée: un ange [spécialement mandaté pour cela] se tient à sa tête et chaque fois qu'il invoque Allah en faveur de son frère, l'ange dit: «Amin! Et pour toi la même chose.»

Rapporté par Muslim

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulillah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

20 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



**La
bonne
action
du jour** Fournissez ou préparez une
boisson/de la nourriture pour les
jeûneurs ou ceux qui sont dans
le besoin.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

*Il n'y a aucun serviteur qui
jeûne un jour dans le sentier
d'Allah sans qu'Allah n'éloigne
son visage de l'Enfer d'une
distance voyagé en 70ans.*

Rapporté par Muslim

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

Verset

Sourate

Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...



**La meilleure des œuvres
est celle qui est constante,
aussi petite soit-elle.**

PROPHÈTE MOHAMMED ﷺ



Les objectifs de la deuxième partie du Ramadan

Prenez un moment pour méditer sur vos accomplissements

Avez-vous réalisé vos objectifs pour la deuxième partie du Ramadan?



OUI



NON

Les trois meilleures choses que j'ai réussi à accomplir lors de la deuxième partie du Ramadan

Quels sont mes sentiments par rapport à mes objectifs?

Qu'ai-je appris?

Que puis-je faire afin de rendre mon Ramadan meilleur?

À quel point est-ce que je me sens proche de mon Seigneur?



TRÈS PROCHE



J'ESSAYE



JE DOIS FAIRE PLUS D'EFFORTS



Lorsqu'arrivaient **les dix dernières nuits** du Ramadan, le Messager d'Allah ﷺ **serrait son pagne, veillait la nuit [dans l'adoration] et réveillait sa famille.**

RAPPORTÉ PAR AL-BUKHARI



Mes objectifs pour les dix derniers jours

Redoublez d'efforts afin de tirer plein profit de ces dix dernières et meilleures nuits



Les objectifs des 10 derniers jours

Comment comptez-vous accomplir vos objectifs?

21 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Invitez vos proches à se joindre à vous pour le Qiyam, la récitation du Coran, les douas et les adhkar.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Lorsqu'arrivaient les dix derniers jours du Ramadan, le Messager d'Allah ﷺ serrait son pagne, veillait la nuit [dans l'adoration] et réveillait sa famille.

Rapporté par Al-Bukhari

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

Verset

Sourate

Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

22 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Récitez la Sourate Al-Mulk avant
d'aller dormir.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

Dans le Coran, il y a une sourate de 30 versets qui ne cesse d'intercéder en faveur d'un homme jusqu'à ce qu'il soit pardonné. C'est la sourate: «Gloire à Celui qui détient la Royauté dans Sa Main» [c'est-à-dire la sourate Al-Mulk].
Rapporté par Abu Dawud

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

23 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Invoquez beaucoup Allah et faites beaucoup de douas durant ces dix dernières nuits. Inspirez-vous de votre liste de douas!



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Appelez-Moi, Je vous répondrai.

Sourate Ghafir 40: 60

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

24 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



**La
bonne
action
du jour**

Répétez 100fois Il n'y a de dieu
qu'Allah (La ilaha illAllah).

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

*Celui dont la dernière parole
est la ilaha illAllah entrera au
paradis.*

Rapporté par Abu Dawud

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

25 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Demandez le pardon d'Allah et dressez une liste des mauvaises habitudes auxquelles vous voulez mettre fin pour toujours.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Celui qui aime la rencontre d'Allah, Allah aime sa rencontre et celui qui déteste la rencontre d'Allah, Allah déteste sa rencontre.

Rapporté par Al-Bukhari

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulillah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

26 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Visitez votre famille et si cela est impossible, appelez-les ou envoyez-leur un message.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

La personne qui rompt les liens de sang n'entrera pas au paradis.

Rapporté par Al-Bukhari

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

27 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Demandez le pardon d'Allah et dressez une liste des mauvaises habitudes auxquelles vous voulez mettre fin pour toujours.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Celui qui aime la rencontre d'Allah, Allah aime sa rencontre et celui qui déteste la rencontre d'Allah, Allah déteste sa rencontre.

Prophète Mohammed ﷺ

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulillah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

28 Ramadan

DATE

EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?

La bonne action du jour

Répétez 100fois **سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ**
Gloire, pureté et louange à Allah.

FAJR

DHUHR

ASR

MAGHRIB

ISHA

TARAWIH

*Celui qui dit 100fois
«SubhanAllahi wa bihamdih» le
matin et le soir, personne ne
viendra le Jour de la Résurrection
avec quelque chose de mieux,
sauf une personne qui a dit la
même chose, voire plus.*

Rapporté par Muslim

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Jouz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

29 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



**La
bonne
action
du jour**

Assurez-vous d'avoir payé la
Zakat al fitr!
www.idrf.ca/fitrah



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

Celui qui s'acquitte de la Zakat al fitr avant la prière de l'Aïd, elle sera agréée comme Zakat al fitr, mais si elle est livrée après la prière, elle sera considérée comme une simple aumône.

Rapporté par Ahmad et Ibn Majah

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...

30 Ramadan

DATE



EST-CE QUE
J'AI JEÛNÉ?



La bonne action du jour

Aïd moubarak! Habillez-vous de vos plus beaux vêtements et assurez-vous de profiter de cette journée en compagnie de votre famille et de vos amis.



FAJR



DHUHR



ASR



MAGHRIB



ISHA



TARAWIH

D'après Jaabir (qu'Allah l'agrée), le Prophète ﷺ possédait un manteau qu'il portait lors des deux fêtes et le vendredi.

Sahih IbnKhuzaymah

L'objectif d'aujourd'hui

Les bonnes actions du Ramadan

- Adhkar du matin
- Adhkar du soir
- Istighfar x 70 times
- Dites: Alhamdoulilah
- Donnez en charité
- La bonne action du jour
- Récitez le Coran
- Adhkar avant de dormir

Les perles du Coran et mes réflexions

Suivi de la lecture du Coran

- Verset
- Sourate
- Juz

Aujourd'hui, je suis reconnaissant pour...



Aïd moubarak!

تَقَبَّلَ اللهُ مِنَّا وَمِنْكُمْ

Qu'Allah accepte de vous
et de nous

AMINE

Les réflexions post-Ramadan

Mabrouk pour avoir fini le mois du Ramadan! Alors que le Ramadan s'achève, prenez un moment afin de méditer sur vos accomplissements.

Avez-vous réalisé tous vos objectifs?



OUI



NON

Les trois meilleures choses que j'ai réussi à accomplir durant ce Ramadan

Quels sont mes sentiments par rapport à mes objectifs?

Qu'ai-je appris?

Quelle habitude que j'ai pris lors du Ramadan je vais essayer de maintenir?

À quel point est-ce que je me sens proche de mon Seigneur?



TRÈS PROCHE



J'ESSAYE



JE DOIS FAIRE PLUS D'EFFORTS

Les sunnas de l'Aïd

Faire les grandes ablutions (ghusl) la journée de l'Aïd



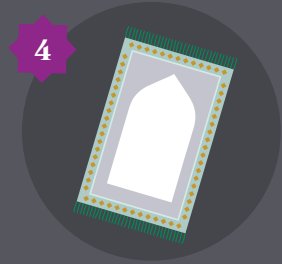
1 Faire les grandes ablutions (ghusl) la journée de l'Aïd



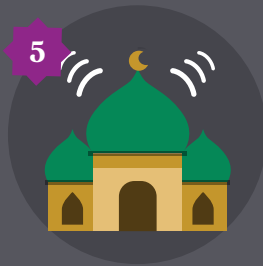
2 Porter ses plus beaux vêtements



3 Manger un nombre impair de dattes avant de partir pour la prière



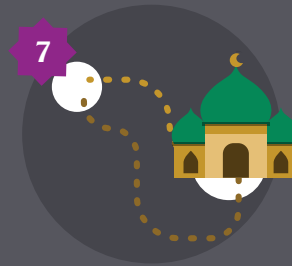
4 Aller à la prière de l'Aïd
(les femmes sont encouragées à y aller, même si elles ne peuvent pas prier)



5 Faire le takbir du matin jusqu'au moment où l'imam entame la prière



6 Échanger avec les autres en invoquant pour eux



7 Prendre des chemins différents à l'aller et au retour de la prière

Quiconque jeûne le mois de Ramadan, puis le fait suivre de six jours de jeûne durant le mois de Chawwal, son jeûne est considéré comme étant un jeûne continu.

RAPPORTÉ PAR MUSLIM

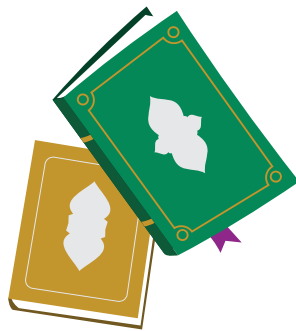
Comment maintenir l'esprit et la ferveur du Ramadan même après sa fin



La fin du Ramadan est toujours douce-amère, comme si l'on disait au revoir à un ami bien-aimé que l'on voit une fois par an. On est reconnaissant de la visite et on espère la prochaine fois. D'ici là, il vous reste les souvenirs, l'esprit du mois et les habitudes que vous avez pu prendre. Comment maintenir un lien avec le Ramadan pendant le reste de l'année?

En intégrant certaines des routines et des actions du Ramadan dans notre vie quotidienne.

Intégrez l'**invocation**, le **dhikr** et la **récitation** à votre routine quotidienne, peu importe la quantité.



Habituez-vous doucement au jeûne au moins quelques mois avant le Ramadan. Par exemple, les **lundis et les jeudis** ou les **13,14 et 15** de chaque **mois islamique** ou simplement n'importe quel jour qui vous convient.



Maintenez l'**habitude de donner l'aumône**. Mettez de côté chaque mois un certain montant ou utilisez un système de don automatisé à un organisme de charité ou plusieurs organismes que vous alternez.



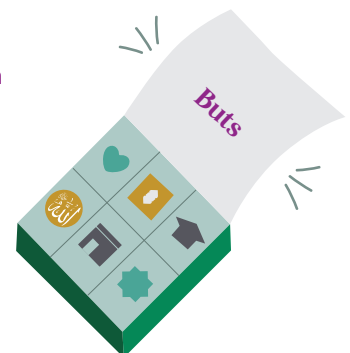
Prenez l'**habitude de noter ce pour quoi vous êtes reconnaissants** afin de maintenir ce sentiment.



Réservez un moment de la journée dédié à Allah pendant lequel vous vous isolez, **méditez sur les Noms d'Allah et sur Ses Attributs**.



Planifier vos actes d'adoration pour le reste de l'année de la même façon que vous avez planifié vos actes d'adoration pour le Ramadan. Le plan pour le reste de l'année sera naturellement moins intensif.



Le Ramadan est comme un camp d'entraînement, les effets de notre adoration et de nos efforts pendant ce mois doivent se poursuivre tout au long de l'année. Ainsi, lorsque nous retrouvons le prochain Ramadan, nous pouvons nous améliorer en bâtissant sur les fondations du précédent, et ainsi, continuellement grandir spirituellement.



International Development
Relief Foundation
23 Lesmill Rd. Suite 300
North York ON M3B 3P6
Canada

N° enreg. org. bienf.
132542705 RR0001

+1 866-497-IDRF (4373)

idrf.ca