

30 JOURS

Ramadan Challenge

Pour toute la famille !

1

Partager sa gratitude de vivre ce Ramadan

2

Mettre en place une Sadaqa Box (tirelire) (ex: 5€/jour)

3

Faire une sortie en nature (forêt, lac, ..)

4

Apprendre l'invocation de rupture du jeûne

5

Réciter à haute voix Sourate Al Fatiha

6

Partager son repas avec le voisin

7

Ecrire une lettre à une personne que l'on aime

8

Faire du dhikr ensemble :
Ex : 100 fois SubhanAllah

9

Apprendre une invocation "Rabanna"

10

Planter un arbre, ou une graine

11

Réciter 10 fois la Sourate al ikhlas (n°112)

12

Participer à une cagnotte de don

13

Aider à la préparation du ftor

14

Offrir un repas à un nécessiteux

15

Ecrire une lettre d'amour au Prophète ﷺ

16

Invoquer pour une personne en secret

17

Faire un compliment à chaque membre de sa famille

18

Invoquer et faire du dhikr durant les 15mn avant ftor

19

Offrir des dattes à la mosquée

20

Réciter Ayat Al Kursi après chaque prière

21

Apprendre l'invocation de Pardon des 10 dernières nuits

22

Veiller et profiter pleinement de cette 23ème Nuit

23

Faire un don pour un puit, ou construction mosquée

24

Faire des Prières sur le Prophète ﷺ (10, 100 ou +)

25

Apprendre et méditer sur un Nom Divin

26

Acheter et emballer les cadeaux pour la famille

27

Faire une aumône

28

Préparer ses vêtements et décorer la maison pour l'Aid

29

Préparer des assiettes de gâteaux pour ses voisins

30

Multiplier les demandes de Pardon

30 JOURS

Ramadan Challenge

Pour les petits Muslims !

1

Complète cette phrase
"Merci Allah ..."

2

Fabrique ta Sadaqa Box (Tirelire)

3

Joue dans la nature (forêt, lac, ..)

4

Fais un coloriage d'une mosquée

5

Réciter à haute voix Sourate Al Fatiha

6

Apporte une assiette de nourriture au voisin

7

Ecris une lettre/ faire un dessin à quelqu'un

8

Fais du dhikr avec tes parents :
Ex : 33 fois SubhanAllah

9

Apprends l'invocation du matin en comptine !

10

Plante un arbre, ou une graine

11

Construis ton palais au paradis : Récite 10 x Sourate al ikhlas

12

Offre un de ses jouets à autre un enfant

13

Aide tes parents à la préparation du fitor

14

Fais un gros câlin à quelqu'un de ta famille

15

Fabrique une jolie enveloppe

16

Fais une doua pour une personne en secret

17

Fais un compliment à chaque membre de sa famille

18

Lis une histoire d'un Prophète avec tes parents

19

Distribue une dattes à chacun pour le fitor

20

Récite Ayat Al Kursi à haute voix

21

Complète cette phrase
"Merci Allah ..."

22

Fais une doua et demande tout ce que tu veux à Allah !

23

Offre le contenu de ta sadaqa box à une association!

24

Challenge :
Fais le + de Prières sur le Prophète ﷺ possible !

25

Complète cette phrase
"J'aime Allah ..."

26

Dis à tes parents ce que tu aimerais pour l'Aïd !

27

Fabrique une décoration pour l'Aïd (guirlande, carte, ...)

28

Décore la maison pour l'Aïd

29

Distribue des assiettes de gâteaux pour tes voisins

30

Complète cette phrase
"Merci Allah pour ..."

30 JOURS

Ramadan Challenge

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30