Mes bonnes actions du Ramadan

Une petite bonne action pour chaque jour du Ramadan. Coche une case à chaque fois.

Jour 1 هِلَال
Dis *Ramadan Moubarak* à 3 personnes.
☐☐☐

Jour 2 رَمَضَان
Aide à décorer ta maison pour le Ramadan.
☐

Jour 3 صِيَام
Sois encore plus gentil avec quelqu'un qui jeûne.
☐

Jour 4 سَحُور
Lève-toi pour le suhour, ou aide à mettre la table.
☐

Jour 5 فَجْر
Dis bonjour à toute ta famille.
☐

Jour 6 أَذَان
Quand tu entends l'adhan, arrête-toi et écoute.
☐

Jour 7 مَغْرِب
Regarde le coucher de soleil en famille.
☐

Jour 8 إِفْطَار
Aide à mettre la table de l'iftar.
☐

Jour 9 تَمْر
Partage des dattes avec 3 personnes.
☐☐☐

Jour 10 مَاء
Remplis les verres d'eau pour l'iftar.
☐

Jour 11 مَسْجِد
Va à la mosquée, ou aide à ranger les chaussures à la mosquée.
☐

Jour 12 صَلَاة
Fais une prière avec ta famille.
☐

Jour 13 تَرَاوِيح
Prie un peu la nuit, ou écoute les tarawih en famille.
☐

Jour 14 بَدْر
Regarde la pleine lune avec ta famille.
☐

Jour 15 قُرْآن
Lis ou écoute une courte sourate aujourd'hui.
☐

Jour 16 دُعَاء
Fais une doua pour ta famille.
☐

Jour 17 فَانُوس
Fabrique une lanterne en papier.
☐

Jour 18 صَدَقَة
Donne quelque chose en sadaqa, même un peu.
☐

Jour 19 زَكَاة
Aide ta famille à préparer la zakat al-Fitr.
☐

Jour 20 جَار
Apporte une assiette à un voisin.
☐

Jour 21 لَيْلَةُ الْقَدْر
Fais une doua pour quelqu'un que tu aimes.
☐

Jour 22 عَائِلَة
Aide à débarrasser la table après l'iftar.
☐

Jour 23 شُكْر
Dis merci à 3 personnes.
☐☐☐

Jour 24 صَبْر
Attends l'iftar sans te plaindre.
☐

Jour 25 رَحْمَة
Sois doux avec un animal ou un enfant plus petit.
☐

Jour 26 هَدِيَّة
Fabrique une carte ou un petit cadeau pour quelqu'un.
☐

Jour 27 زِينَة
Aide à décorer ta maison pour l'Aïd.
☐

Jour 28 حَلْوَى
Partage des gâteaux avec un ami.
☐

Jour 29 فَرَح
Fais sourire quelqu'un aujourd'hui.
☐

Jour 30 عِيد
Souhaite « Aïd Moubarak » à 5 personnes.
☐☐☐☐☐

FANOOS BOOKS
Un tableau gratuit tiré de *My Ramadan in Arabic*
fanoosbooks.com/fr/parents/bonnes-actions-ramadan-enfants/
© 2026 Fanoos Books · gratuit pour un usage personnel et en classe, ne pas vendre