Institut Al Wird

Famille · 06

Adhkar quotidiens pour l'enfant

De courts adhkar pour l'enfant, matin, soir, repas et coucher, avec le sens dans votre langue.

AVANT DE COMMENCER

Comment utiliser ce fichier

L'enfant retient ce qui est répété devant lui, pas ce qu'on lui explique.

1. **Accrochez-le à hauteur d'enfant**
   Ce qui n'est pas vu n'est pas retenu.

2. **Lisez-le ensemble deux fois**
   Le matin et avant le coucher, à la même heure chaque jour.

3. **L'enfant coche la marque**
   La marque qu'il pose lui appartient.

Conseils de nos enseignants

- Deux minutes par jour valent mieux que vingt par semaine.
- Laissez l'enfant mener la répétition, même s'il se trompe.
- Récompensez la régularité, pas la vitesse.

LES ADHKAR

Matin et soir

Lisez avec l'enfant, puis laissez-le seul.

أَصْبَحْنَا وَأَصْبَحَ الْمُلْكُ لِلَّهِ

Nous voici au matin et la royauté appartient à Allah

أَمْسَيْنَا وَأَمْسَى الْمُلْكُ لِلَّهِ

Nous voici au soir et la royauté appartient à Allah

بِسْمِ اللَّهِ

Avant de manger : au nom d'Allah

بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَمُوتُ وَأَحْيَا

Avant de dormir : en Ton nom, ô Allah, je meurs et je vis

LA SEMAINE DE L'ENFANT

Suivi hebdomadaire

Cochez chaque case lue par l'enfant. Sept jours suffisent.

Jour	Matin	Soir	Coucher
١			
٢			
٣			
٤			
٥			
٦			
٧			

À propos de ce fichier

Pour impression personnelle ou usage dans un cercle d'étude. Revente et diffusion en ligne interdites.

Première édition · 1447 H / 2026 · Tous droits réservés, Institut Al Wird