

Rotina Diária de **RAMADAN**

@Portalipt



ISLAMPARATODOS.COM.BR

Faça desse o seu Melhor RAMADAN



Antes do
NASCER DO SOL

- Faça a intenção de Jejum
- Tenha um Sohor leve e saudável
- Beba água

@Portalipt



ISLAMPARATODOS.COM.BR

Faça desse o seu Melhor RAMADAN



DURANTE O DIA

- Realize as orações obrigatórias no seu devido tempo
- Realize orações voluntárias
- Leia o Alcorão o máximo que puder
- Faça Dhikr (Lembrança de Allah) antes e depois de cada oração
- Suplique por seus irmãos muçulmanos, os que você conhece e os que você não conhece.

@Portalipt



ISLAMPARATODOS.COM.BR

Faça desse o seu Melhor RAMADAN



No PÔR DO SOL

- Faça muitas súplicas
- Tenha um IFTAR(Quebra de Jejum) moderado
- Passe tempo com sua família
- Beba muita água

@Portalipt



ISLAMPARATODOS.COM.BR

Faça desse o seu Melhor RAMADAN



Depois de ISHA

- Realize o TARAWEEH
- Beba muita água
- Descanse

@Portalipt



ISLAMPARATODOS.COM.BR

Faça desse o seu Melhor RAMADAN

