

أَهْمِيَّةُ الْوَقْتِ

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: " نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ: الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ "

Deux bienfaits à propos desquels beaucoup de gens sont perdants : la santé et le temps libre

ماذا تَفَعَّلُ فِي وَقْتِ الْفَرَاغِ ؟

4 الرِّيَاضَةُ

Faire du sport

7 الصَّلَاةُ وَالْعِبَادَةُ

La prière et l'adoration d'Allah

5 حُضُورُ الدُّرُوسِ

Assister aux conférences, **ex** : ceux **organisées à la mosquée**

2 الْقُرْآنُ وَالذِّكْرُ

La lecture du Coran et **Al-Dhikr**

6 الْأَعْمَالُ التَّطَوُّعِيَّةُ

Faire du bénévolat pour servir à la communauté

3 الْقِرَاءَةُ وَالتَّعَلُّمُ

Apprendre de nouvelles choses sur différents domaines