



**نغسل أيدينا قبل البدء**

**بتناول الطعام**

إعداد: أمهات أبو السعود ١٤٣٧هـ



**لا أتحدث والطعام في فمي**



**دعاء ما بعد الطعام**

**الحمد لله الذي أطعمنا وسقانا وجعلنا مسلمين**

إعداد: أهناء أبو السعود ١٤٣٧هـ



**نضع بقايا الطعام في السلة  
المخصصة لها**

إعداد: أهناء أبوالسعود ١٤٣٧هـ



**لا أضع لقمة كبيرة في فمي**



**دعاء ما قبل الطعام**

**بسم الله الرحمن الرحيم**

**اللهم بارك لنا فيما رزقتنا وقنا عذاب النار**

**برحمتك يا أرحم الراحمين**

إعداد: أمهنا أبو السعود ١٤٣٧ هـ



آكل بيدي اليمنى

إعداد: أهناء أبوالسعود ١٤٣٧هـ



ماذا نقول عندما ندخل إلى دورة المياه ؟

( اللهم إني أعوذ بك من الخبث والخبائث )

إعداد: أهلاء أبوالسعود ١٤٣٧هـ





ماذا نقول عندما نخرج من دورة المياه ؟

**(غفرانك)**

إعداد: أهناء أبوالسعود ١٤٣٧هـ



**نتناول الوجبة الصحية فقط**

إعداد: أ.هناء أبوالسعود ١٤٣٧ هـ