



PRISON
DES
BAUMES

2

ETTES



Les ablutions

كيفية الوضوء

Lavez les mains

Lavez les bras jusqu'aux coudes

Rincez la bouche (3 fois)

Passez les mains mouillées sur les cheveux

Rincez le nez (3 fois)

Nettoyez les oreilles

Lavez le visage (3 fois)

Lavez les pieds jusqu'aux chevilles

La prière

الصلوة

Commencez par le bras droit (3 fois)

allâhou akbar

Récitez: Al-Fatiha et une autre sourate

Allahu Akbar

soubhâna rabbiya-l-ahdithim

Fati prononcez

sami-lâhou liman lamudâh

Dites allâhou akbar puis répétez 3 fois

soubhâna rabbiya-l-a-lâ

Prononcez allâhou akbar

Dites allâhou akbar puis répétez 3 fois

soubhâna rabbiya-l-a-lâ

Récitez: Al-Fatiha et une autre sourate

Répétez les étapes 3 à 7, puis recitez

atachahhoud puis al-ibrâhimiyah

Tournez le visage à droite en disant

assalâmou alaykoulm

Tournez le visage à gauche et dites

assalâmou alaykoulm

الحاء	أح	4 rak'at
العين	أع	3 rak'at
الغين	أغ	4 rak'at
القاف	أق	4 rak'at
الصاد	أس	4 rak'at
الضاد	أض	4 rak'at
الظاد	أظ	4 rak'at
العين	أع	4 rak'at
الغين	أغ	4 rak'at
القاف	أق	4 rak'at
الصاد	أس	4 rak'at
الضاد	أض	4 rak'at
الظاد	أظ	4 rak'at

La prière des femmes pour le jour et la nuit est la même que celle des hommes.



TOUS CES
SURVEILLANCE
DES

Pedro et les
Fils de Pedro

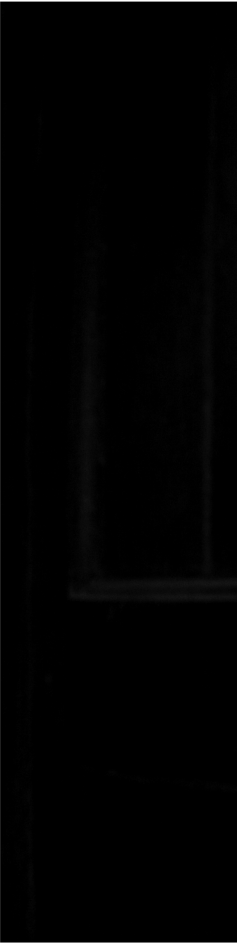
Alleg - Tous Nigao

Ubi Mien ?

(93)













HYGIENE PERSONNELLE LES 10 REGLES D'OR

- 

1 Avant chaque prise de service, assurez-vous de n'être pas malade ; sinon, informez votre employeur.
- 

2 Prenez un bain ou une douche chaque jour.
- 

3 Portez des vêtements propres. Changez-en dès qu'ils sont sales.
- 

4 Soignez toute blessure ou coupure. Couvrez-les d'un pansement propre et imperméable. Mettre des gants si nécessaire.
- 

5 Prenez un bain ou une douche chaque jour.
- 

6 Le port de bijoux (bagues et bracelets) est proscrit, à l'exception de l'alliance.
- 

7 Les cheveux doivent être rasés.
- 

8 Essayez pas les mains sur votre tablier.
- 

9 Ne fumez pas, ne mangez pas dans les cuisines.

LES MAINS

- Avant et après une pause
- Après avoir toussé, éternué, utilisé un mouchoir
- Après s'être touché le visage, les cheveux
- Après avoir sorti les poubelles
- Après chaque opération de nettoyage
- Dès qu'elles sont sales

 **RAVIMO** 267-269 avenue du Président Wilson - BP 94 - 92213 La Plaine-Saint-Denis Cedex • Tél. : 01.48.20.36.36
le Complice de l'Hygiène

