
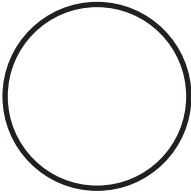
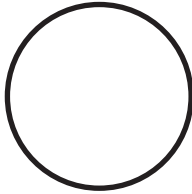
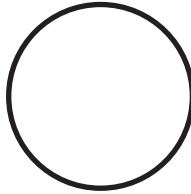
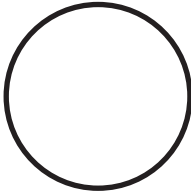
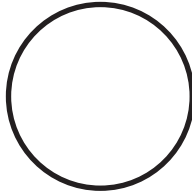
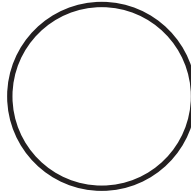
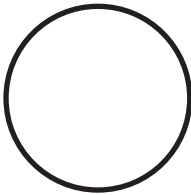
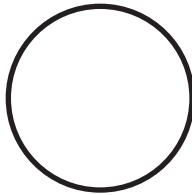
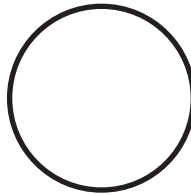
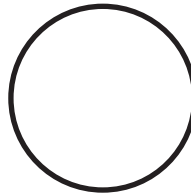
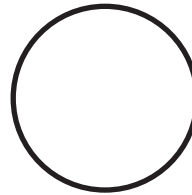
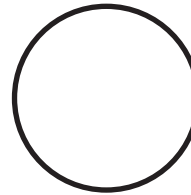
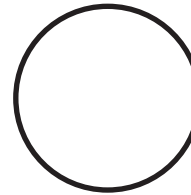
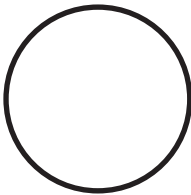
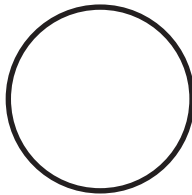
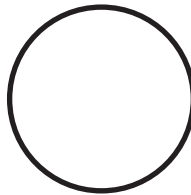
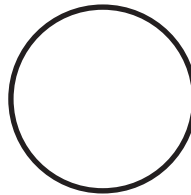
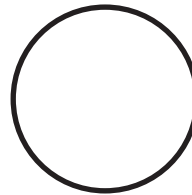
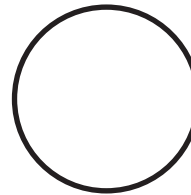
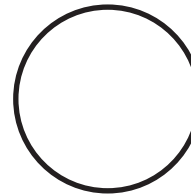
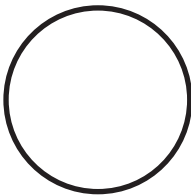
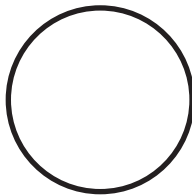
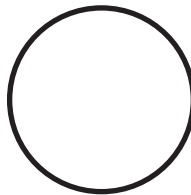
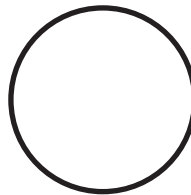
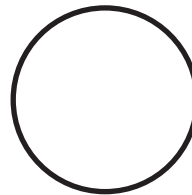
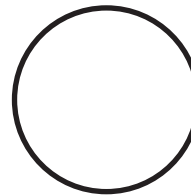
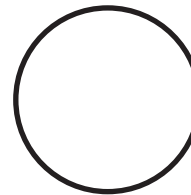
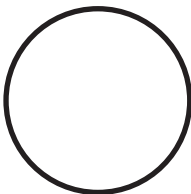
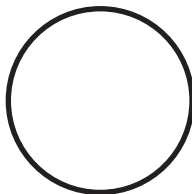
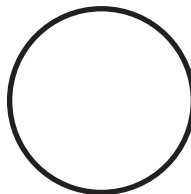


Vastenkalendar Ramadan 2021

Mijn doel is: Naam:

De Ramadan is de negende maand in de islamitische kalender. Het is een speciale maand waarin tussen schemer voor zonsopkomst en zonsondergang gevast wordt. "Ramadan" wordt daarom ook wel de "vastenmaand" van de moslims genoemd. Het vasten wordt gezien als vorm van zuivering van de ziel en bedanking van Allah voor alles wat hij gegeven heeft. De Ramadan leert mensen zelfdiscipline. De moslims voelen en tonen verbondenheid met arme en hongerige mensen elders op de wereld. Het exacte begin van de maand Ramadan is afhankelijk van het verschijnen van de sikkel van de nieuwe maan. Moslims begroeten elkaar voor en tijdens de Ramadan met 'ramadhan moebarak' of 'ramadhan mabroek', wat 'gezegende Ramadan' betekent. De vastendag begint nog voor zonsopgang bij het eerste gebed van de dag (al-fajr) en eindigt bij zonsondergang, dan mag een moslim weer eten en drinken. De hier gegeven datum van 13 april t/m 12 mei 2021 voor Ramadan is berekend volgens de Umm al-Qura kalender van Saoedi-Arabië. Ramahdhan moebarak! (bron: <https://www.beleven.org/feest/ramadan>)

Deze vastenkalendar is een mildere versie van de oorspronkelijke Ramadan en is bedoeld als zelfreflectie en zelfdiscipline. Stel jezelf een doel om een maand vol te houden. Naast vasten kan dat bijvoorbeeld minder internetten of gamen zijn, of elke dag iets aardigs doen voor iemand. Is het die dag niet gelukt: teken een sippe smiley. Is het wel gelukt: teken een blije smiley.

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag	Zaterdag	Zondag
	13 april	14	15	16	17	18
						
19	20	21	22	23	24	25
						
26	27	28	29	30	1 mei	2
						
3	4	5	6	7	8	9
						
10	11	12 mei				
						

Suikerfeest!

Aantal:  =

Aantal:  =



Heb je meer dan de helft of alles goed volgehouden? Teken een krul en wees trots op jezelf!

