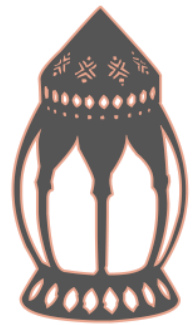


Ramadan planner



www.happyorganizedhome.nl
Ramadan 2019



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamoe alaikoem warahmatoe Allahi wa Barakatoeh

Happy Organized Home introduceert voor de vierde keer op rij een gratis Ramadanplanner om gezegende momenten in de maand Ramadan niet te missen én om bewuster van de maand Ramadan te genieten.

De Happy Organized Home Ramadanplanner is een hulpmiddel om concrete doelen vast te stellen, jezelf uit te dagen om het beste uit jezelf te halen en om jouw aanbidding bij te houden en te intensiveren.

Ik hoop oprecht dat deze Ramadanplanner je van dienst zal zijn en dat je al jouw doelen zult realiseren en het allerbelangrijkste – je ze na de gezegende maand Ramadan ook voort zult zetten.

Moge Allah het van ons allen accepteren

Wa salaam

www.happyorganizedhome.nl

Ps. Vergeet niet de voltooide doelen en taken af te vinken, dit zal een gevoel van voldoening geven!

Deze ramadanplanner is samengesteld door www.happyorganizedhome.nl en is gratis te downloaden op www.happyorganizedhome.nl je mag het kopiëren en via alle wegen verspreiden. Je mag geen wijzigingen aanbrengen en het mag niet te koop aangeboden worden. Happy Organized Home behoudt alle recht op haar werk.

Download gratis op www.happyorganizedhome.nl

SAWM

SALAAT

QOR-AAN

DZIKR

SADAQA

ITIKAAF

LAYLATOE - L QADR

EID L-FITR

www.happyorganizedhome.nl

Qor-aan uitlezen

Dag	H'izb	Soerah	Gelezen
Ramadan 1	1 - 3	Soerah 1 vers 1 tot Soerah 2 vers 202	
Ramadan 2	4 - 6	Soerah 2 vers 203 tot Soerah 3 vers 92	
Ramadan 3	7 - 9	Soerah 3 vers 93 tot Soerah 4 vers 87	
Ramadan 4	10 - 12	Soerah 4 vers 88 tot Soerah 5 vers 81	
Ramadan 5	13 - 15	Soerah 5 vers 82 tot Soerah 6 vers 165	
Ramadan 6	16 - 18	Soerah 7 vers 1 tot Soerah 8 vers 40	
Ramadan 7	19 - 21	Soerah 8 vers 41 tot Soerah 10 vers 25	
Ramadan 8	22 - 24	Soerah 10 vers 26 tot Soerah 12 vers 52	
Ramadan 9	25 - 27	Soerah 12 vers 53 tot Soerah 16 vers 50	
Ramadan 10	28 - 30	Soerah 16 vers 51 tot Soerah 18 vers 74	
Ramadan 11	31 - 33	Soerah 18 vers 75 tot Soerah 21 vers 112	
Ramadan 12	34 - 36	Soerah 22 vers 1 tot Soerah 25 vers 20	
Ramadan 13	37 - 39	Soerah 25 vers 21 tot Soerah 28 vers 50	
Ramadan 14	40 - 42	Soerah 28 vers 51 tot Soerah 33 vers 30	
Ramadan 15	43 - 45	Soerah 33 vers 31 tot Soerah 37 vers 144	
Ramadan 16	46 - 48	Soerah 37 vers 145 tot Soerah 41 vers 46	
Ramadan 17	49 - 51	Soerah 41 vers 47 tot Soerah 48 vers 17	
Ramadan 18	52 - 54	Soerah 48 vers 18 tot Soerah 57 vers 29	
Ramadan 19	55 - 57	Soerah 58 vers 1 tot Soerah 71 vers 28	
Ramadan 20	58 - 60	Soerah 72 vers 1 tot Soerah 114 vers 6	

Bij deze Qor-aan planning (voor het uitlezen van de Qor-aan in de maand Ramadan) is er rekening gehouden met de menstruatieperiode, daarom bevat deze planning maar 20 dagen.

Ramadan Goals

Dag 1 Ramadan	Dag 2 Ramadan	Dag 3 Ramadan	Doelen van week 1 Ramadan
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
Dag 4 Ramadan	Dag 5 Ramadan	Dag 6 Ramadan	
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
☐ _____	☐ _____	☐ _____	
Dag 7 Ramadan	Soennen van de vrijdag		
☐ _____	☐ Ghoesl ☐ Soerat al-Kahf reciteren ☐ Vroeg naar de moskee gaan ☐ Veel smeekbeden verrichten op het moment dat de Imaam de preekstoel bestijgt, tijdens de tussenpauze en aan het einde van de preek, tijdens de soedjeed en voor het Maghreb gebed ☐ Vredesgroeten en zegening uitspreken over de profeet ﷺ		

Extra gebeden	1	2	3	4	5	6	7
Soennah gebed Fajr							
Salaat Ad-Doha							
Soennah gebed Dhor							
Soennah gebed Maghreb							
Soennah gebed 'Ishaa-e							
Taraweeh'							
Witr							
Smeekbeden	1	2	3	4	5	6	7
Adzkar asSabah' (ochtend)							
Adzkar alMasa-e (avond)							
Smeekbeden							
Extra	1	2	3	4	5	6	7
Een boek lezen							
Hadith doornemen							
Qor-aan lezen							
Liefdadigheid							
Menstruatie							

Memoriseren van de Qor-aan
Soerah Vers . . . tot vers . . .
Bijzonder weekproject

De Profeet (Allahs vrede en zegen zij met hem) zei: "Wie (de maand) Ramadan vast, uit geloof (in Allah) en rekenende op Zijn beloning, al zijn voorgaande zonden zullen hem vergeven worden" (Al-Boekharie en Moeslim)

Ramadan Goals

Dag 8 Ramadan	Dag 9 Ramadan	Dag 10 Ramadan	Doelen van week 2 Ramadan
☐ _____ ☐ _____ ☐ _____ ☐ _____	☐ _____ ☐ _____ ☐ _____ ☐ _____	☐ _____ ☐ _____ ☐ _____ ☐ _____	
Dag 11 Ramadan	Dag 12 Ramadan	Dag 13 Ramadan	
☐ _____ ☐ _____ ☐ _____ ☐ _____	☐ _____ ☐ _____ ☐ _____ ☐ _____	☐ _____ ☐ _____ ☐ _____ ☐ _____	
Dag 14 Ramadan	Soennen van de vrijdag		
☐ _____ ☐ _____ ☐ _____ ☐ _____	☐ Ghoesl ☐ Soerat al-Kahf reciteren ☐ Vroeg naar de moskee gaan ☐ Veel smeekbeden verrichten op het moment dat de Imaam de preekstoel bestijgt, tijdens de tussenpauze en aan het einde van de preek, tijdens de soedjeed en voor het Maghreb gebed ☐ Vredesgroeten en zegening uitspreken over de profeet ﷺ		

Extra gebeden	8	9	10	11	12	13	14
Soennah gebed Fajr							
Salaat Ad-Doha							
Soennah gebed Dhor							
Soennah gebed Maghreb							
Soennah gebed 'Ishaa-e							
Taraweeh'							
Witr							
Smeekbeden	8	9	10	11	12	13	14
Adzkar asSabah' (ochtend)							
Adzkar alMasa-e (avond)							
Smeekbeden							
Extra	8	9	10	11	12	13	14
Een boek lezen							
Hadith doornemen							
Qor-aan lezen							
Liefdadigheid							
Menstruatie							

Memoriseren van de Qor-aan
Soerah Vers . . . tot vers . . .
Bijzonder weekproject

De Profeet (Allahs vrede en zegeningen zij met hem) heeft gezegd: "De beste van jullie is degene die de Qor-aan leert en het onderwijst" (Al-Boekharie)

Ramadan Goals

Dag 15 Ramadan		Dag 16 Ramadan		Dag 17 Ramadan		Doelen van week 3 Ramadan	
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
Dag 18 Ramadan		Dag 19 Ramadan		Dag 20 Ramadan			
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
☐	_____	☐	_____	☐	_____		
Dag 21 Ramadan		Soennen van de vrijdag					
☐	_____	☐ Ghoesl ☐ Soerat al-Kahf reciteren ☐ Vroeg naar de moskee gaan ☐ Veel smeekbeden verrichten op het moment dat de Imaan de preekstoel bestijgt, tijdens de tussenpauze en aan het einde van de preek, tijdens de soedjeed en voor het Maghreb-gebed ☐ Vredesgroeten en zegening uitspreken over de profeet ﷺ					

Extra gebeden	15	16	17	18	19	20	21
Soennah gebed Fadjr							
Salaat Ad-Doha							
Soennah gebed Dhor							
Soennah gebed Maghreb							
Soennah gebed 'Ishaa-e							
Taraweeh'							
Witr							
Smeeekbeden	15	16	17	18	19	20	21
Adzkar asSabah' (ochtend)							
Adzkar alMasa-e (avond)							
Smeeekbeden							
Extra	15	16	17	18	19	20	21
Een boek lezen							
Hadith doornemen							
Qor-aan lezen							
Liefdadigheid							
Menstruatie							

Zayd bin Khaalid al-Djoehanie overlevert dat de Boodschapper van Allah zei: "Wie een vastende voedt (om daarmee zijn vasten te verbreken) hem komt dezelfde beloning toe als deze vastende, zonder dat dit iets zal afdoen aan de beloning van de vastende" (Ibn Hibbaan)

Ramadan Goals

Dag 22 Ramadan	Dag 23 Ramadan	Dag 24 Ramadan
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____

Dag 25 Ramadan	Dag 26 Ramadan	Dag 27 Ramadan
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____

Dag 28 Ramadan	Dag 29 Ramadan	Dag 30 Ramadan
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____
☐ _____	☐ _____	☐ _____

Doelen van week 21 Ramadan

Extra gebeden	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Soennah gebed Fajr									
Salaat Ad-Doha									
Soennah gebed Dhor									
Soennah gebed Maghreb									
Soennah gebed 'Ishaa-e									
Taraweeh'									
Witr									
Smeekbeden	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Adzkar asSabah' (ochtend)									
Adzkar alMasa-e (avond)									
Smeekbeden									
Extra	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Een boek lezen									
Hadith doornemen									
Qor-aan lezen									
Liefdadigheid									
Menstruatie									

Memoriseren van de Qor-aan
Soerah Vers . . . tot vers . . .
Bijzonder weekproject
Soennen van de vrijdag
☐ Ghoeel ☐ Soerat al-Kahf reciteren ☐ Vroeg naar de moskee gaan ☐ Veel smeekbeden verrichten op het moment dat de Imaam de preekstoel bestijgt, tijdens de tussenpauze en aan het einde van de preek, tijdens de soedjoed en voor het Maghreb gebed ☐ Vredesgroeten en zegening uitspreken over de profeet ﷺ

Vertaling van de betekenis van de Qor-aan: "En werkelijk, Wij hebben de Qor-aan gemakkelijk gemaakt om in gedachten te houden (of te begrijpen, reciteren, ter vermaning). Is er dan iemand die zich laat vermanen?" (Soerat Al-Qamar 22)

Smeekbeden

Bij het verbreken van het vasten / iftar

ذَهَبَ الظَّمَاُ وَ ابْتَلَّتِ الْعُرُوقُ، وَ ثَبَتَ الْأَجْرُ إِنْ شَاءَ اللَّهُ

Dha-haba addhama-oe wabtallatie l-'oerooqe, wa thabata al-adjroe
inshaa-e llah

Smeekbede voor de laatste 10 dagen van de Ramadan

اَللّٰهُمَّ اِنَّكَ عَفُوٌّ ثَبُّ الْعَفْوِ فَاَعْفُ عَنِّي

Allaahoemma innaka 'Afoewwoen toeh'ibboe l-'Afwa, fa'foe 'annie

Qunoot smeekbede tijdens het witr gebed

اَللّٰهُمَّ اهْدِنِيْ فَيَمَنْ هَدَيْتَ وَعَافِنِيْ فَيَمَنْ عَافَيْتَ وَتَوَلَّنِيْ فَيَمَنْ تَوَلَّيْتَ
وَبَارِكْ لِيْ فَيَمَا اَعْطَيْتَ وَقِنِيْ شَرَّ مَا قَضَيْتَ فَاِنَّكَ تَقْضِيْ وَلَا يُقْضَىٰ عَلَيْكَ
اِنَّهُ لَا يَذِلُّ مَنْ وَالَيْتَ وَلَا يَعِزُّ مَنْ عَادَيْتَ تَبَارَكْتَ رَبَّنَا وَتَعَالَيْتَ

Allahoemma hdinie fiemen hadayta wa 'aafinie fiemen 'aafayta wa
tawallanie fiemen tawallayta wa baarik lie fiemaa a'tayta wa qinie
sharra maa qadhayta fa iennaka taqdhie wa laa yoeqdha 'alayk innahoe
laa yadhielloe men waalayta wa laa ya'iezzoe men 'aadayta tabaarakta
rabbanaa wa ta'aalayta

ATTAWAKKUL
SMEEKBEDE VERTROUWEN GEDULD

www.happyorganizedhome.nl

Tijdbesparende tips: de keuken in de Ramadan

Het is elke dag een uitdaging om in de Ramadan goed op koers te blijven wat Ibadah (aanbidding) betreft. Je bent de hele dag bezig met werken, studeren, het verzorgen van de kinderen en klusjes in het huishouden. Aan het einde van de dag ben je vooral in de keuken te vinden en ben je bezig met het bereiden van een iftarmaaltijd voor jouw gezin. Eenmaal alles bereid is, moet je de tijd, kracht en energie zien te vinden voor Ibadah. Eigenlijk willen we in de Ramadan ons niet alleen bezig houden met koken maar zouden we ons ook meer willen concentreren op andere zaken zoals het bidden van Taraweeh', het reciteren van de Qor-aan en het verrichten van Dzikr.

De Ramadan draait uiteraard niet alleen om het eten maar feit blijft dat er gekookt en gegeten moet worden. Het hangt van de grootte en behoefte van je gezin af hoeveel en hoelang je kookt - hoe groter een gezin hoe meer er gekookt moet worden met als gevolg dat je dus langer in de keuken staat. Ik heb daarom een paar tijdbesparende tips hoe je de Ramadan succesvol kunt doorstaan zonder uren in de keuken door te hoeven brengen.

WEEKMENU

Het is een hele opgave om elke dag opnieuw een menu te verzinnen, het bedenken kan evenveel (of zelfs meer) tijd en moeite kosten dan het koken zelf. Het opstellen van een weekmenu kan een hoop schelen, je hoeft maar één keer in de week op zoek te gaan naar ideeën en recepten. Een ander voordeel van een weekmenu is dat je gericht boodschappen kunt doen. Mocht je tussendoor iets lekkers tegenkomen of een nieuw recept ontdekken op internet, dan kun je het alvast inplannen voor de week erna.

BOODSCHAPPEN

Sla een voorraad boodschappen in, koop wat meer van de meest gebruikte ingrediënten zoals vlees, rijst, pasta, brood, olie en kruiden. Dit scheelt je steeds een uitje naar de supermarkt, je bespaart niet alleen tijd maar ook geld!

INVRIEZEN

Word beste vrienden met je vriezer! Snijd het vlees voor, marineer het en stop het in de vriezer. Snijd (in de hakmolen) basisgroenten voor die je nodig hebt voor het maken van soep en stop ze in de vriezer, tijdens het koken van je soep kun je alles zo in de pan gooien (zonder het te ontdooien), dit kun je ook met andere soort groenten (die je vaak nodig hebt) doen.

DE KEUKEN

Zorg voordat je met het koken begint voor een opgeruimd aanrecht, een lege gootsteen en een leeggeruimde vaatwasser. Na een lange (werk)dag is het fijn om in een opgeruimde en schone keuken met het koken te beginnen. Zet alles wat op je aanrecht staat in de kast en laat alleen hetgeen staan wat je daadwerkelijk zult gebruiken, zo houd je ruimte over en heb je ook minder schoonmaakwerk.

KOKEN

Ben je een gerecht aan het maken met verschillende ingrediënten? Leg dan alle ingrediënten alvast klaar en snijd alvast de groenten die je zult gebruiken (voor zover dit kan). Je hebt misschien wel diverse schaaltjes nodig maar dit heb je zo weer afgewassen als je klaar bent. Gebruik bij het schoonmaken en snijden van de groenten een schaal voor afval. Ben je wat uitgebreider aan het koken? Vul je gootsteen met een sopje, zo kun je alles na gebruik meteen afwassen.

TAAKVERDELING

Tafel dekken, fruit snijden, vaatwasser legen, tafel opruimen etc., geef alle gezinsleden – jong en oud – een taak. Jonge kinderen zullen met veel plezier willen helpen. Wees ook duidelijk naar je partner toe en vertel wat voor soort hulp je verwacht.

SCHOONMAKEN

Heb je geknoeid? Maak het dan meteen schoon, anders zul je moeite moeten doen om de opgedroogde gemorste saus weer weg te krijgen.

Is je pannetje opgezet en is alles aan het koken? Ruim dan - terwijl het eten lekker aan het pruttelen is - alles wat je uit de kast getrokken hebt op, zet alles weer terug op zijn plek en was al je gebruikte spullen/keukengerei af en droog het meteen hierna af. Ga ook nog met een doekje over je aanrecht heen, veeg de keuken en dweil als het kan nog even de vloer.

Terwijl je het eten aan het bereiden was heb je dus meteen kunnen zorgen voor een opgeruimde keuken. Na een lange warme dag hoef je na het eten niet meer aan de keuken te denken maar alleen aan het serviesgoed die gebruikt is tijdens de iftar.

TEN SLOTTE

Pijnig jezelf niet met de gedachte dat alle tijd die je in de keuken doorbrengt, verspilde tijd is. Zolang je niet overdrijft en bezig bent met het maken van simpele lekkere dingen voor jouw gezin, kun je óók dit als een vorm van aanbidding zien. Je doet je best om te koken voor jouw vastende gezin en voorziet ze van een heerlijke maaltijd en zorgt bij het verbreken van het vasten voor een aangename gezellige tafel waar jullie samen als gezin van kunnen genieten. Hiervoor zul je ook zeker voor beloond worden en hopelijk zal deze beloning vermenigvuldigd worden tijdens de ramadan, net als alle andere goede daden.

NOG ENKELE TIPS

- Luister tijdens het koken naar een lezing of naar de Qor-aan, of verricht Dzikr
- Restjes eten kun je bewaren voor de suh'oor
- Maghreb (het moment van het verbreken van het vasten) is best laat om (doordeweeks) bij anderen te kunnen eten, maak met je zussen, vriendinnen, moeder of schoonmoeder een afspraak om eens voor elkaars gezinnen te koken. Zo creëren jullie tussendoor een "vrije dag" en kun je bijkomen van al het bakken en koken
- Kook voor twee dagen
- Maak als je toch bezig bent extra hapjes voor in de vriezer

Ben je op zoek naar meer tips en ideeën? Kijk dan op www.happyorganizedhome.nl

Vraag en Antwoord

door Sheikh Ibn Baaz en Sheikh Ibn Oethaymeen moge Allah hen Barmhartig zijn

Iemand heeft last van zijn kies, de tandarts maakt zijn tanden/kiezen schoon of vult deze of trekt een tand /kies. Heeft dit invloed op het vasten? En wat als de tandarts bij het trekken van een tand/kies een verdoving geeft. Heeft dit invloed op het vasten?

Geen van de zaken die genoemd zijn hebben invloed op het vasten van een vastende. Dit allemaal wordt de vastende niet ten laste gelegd. Maar het is voor de vastende bij een tandartsbezoek wel verboden om medicijnen te nemen of bloed naar binnen te slikken. De injectie die genoemd zijn in de vraag zijn eveneens niet verbrekend voor het vasten, omdat deze niet hetzelfde zijn als injecties die een alternatief zijn voor voedsel en drinken. De oorsprong is dus dat het vasten van de vastende veilig en rechtsgeldig is.

Is het voor de vastende toegestaan om (overdag) tandpasta te gebruiken?

Het is voor de vastende geen probleem tandpasta te gebruiken mits hij niets inslikt tijdens het poetsen. Zoals het ook wettig is de 'siwak te gebruiken bij de eerste gedeelte van de dag en bij het einde van de dag. Sommige geleerden zijn van mening dat het afgeraden is de 'siwak te gebruiken nadat de zon zijn hoogste punt (zawaal) bereikt heeft en sommige dat het toegestaan is en geen enkele tijd afgeraden is de 'siwak te gebruiken. De profeet ﷺ heeft gezegd: "de 'siwak is een

reiniging voor de mond, en een Tevredenheid van de Rabb" en "als ik het niet te moeilijk zou maken voor mijn natie (oemma) dan zou ik hen opdragen de 'siwak te gebruiken bij elk gebed." (Overgeleverd door Annasaa'i met een juiste keten via A'iesha رضي الله عنها) Dit bestrijkt ook het Dohr gebed en Asr gebed (namiddaggebed) en deze zijn allebei nadat de zon zijn hoogste punt bereikt heeft.

Is het braken verbrekend voor het vasten?

Er zijn vele zaken die de vastende overkomen zonder zijn wil en uit onmacht. Zoals verwondingen, braken, of het binnengaan van water of iets dergelijks in zijn maag enz. Al deze zaken zijn niet verbrekend voor het vasten. Dit is gebaseerd op de uitspraak van de profeet ﷺ: "degene die overmand wordt door het braken is niet verplicht het vasten in te halen. Degene die welwillend braakt dient zijn vasten in te halen."

Als de menstruerende vrouw rein wordt vòòr de aanvang van het Fadjr gebed en pas na de Fadjr de wassing verricht, is haar vasten dan geldig?

Haar vasten is rechtsgeldig wanneer zij zeker weet dat ze rein was vòòr de aanvang van het Fadjr gebed. In ieder geval dient de vrouw zeker te zijn van het rein zijn, omdat er sommige moslimvrouwen zijn die denken rein te zijn van menstruatie maar in werkelijkheid zijn zij nog niet rein van

menstruatie. Zo kwamen de vrouwen eerst naar A'iesha ﷺ en lieten dan de tekenen van rein zijn zien. A'iesha ﷺ zei daarbij: "Wees niet gehaast totdat je een witte afscheiding ziet (die duidt op reinheid na menstruatie)." Ze dient zeker te weten dat ze schoon is van menstruatie. En als ze zeker is van reinheid dan dient ze de intentie aan te nemen van het vasten, ook al stelt zij de wassing uit tot na het opkomen van Fadjr. Zij dient wel rekening te houden met het gebed en de wassing te verrichten zodat zij het Fadjr gebed op tijd kan bidden (vòòrdat de zon opkomt). Het is ons ter ore gekomen dat er sommige moslimzusters zijn die rein worden na de tijd van het Fadjr gebed of vòòr het Fadjr gebed, maar het Fadjr gebed uitstelt tot na het verstrijken van de tijd ervan met het argument dat het dan beter en reiner is. Dit is zonder twijfel een fout in de maand Ramadan en buiten de maand Ramadan, aangezien de vrouw zich dient te haasten met de wassing zodat zij het Fadjr gebed op tijd kan bidden. Zij kan alvast een wassing nemen die het haar mogelijk maakt te bidden, en als zij wat uitgebreider de wassing wil doen na het opkomen van de zon dan kan zij dat doen. Als deze menstruerende vrouw of iemand met djanaaba pas bij het (begin) tijd van Fadjr de wassing doen is hun vasten gewoon geaccepteerd. Het is overgeleverd dat de profeet ﷺ tijdens het

aanbreken van de tijd van Fadjr gebed nog steeds in staat van djoenoeb was en hij vastte en deed de wassing na het aanbreken van de tijd van Fadjr (maar voor de opkomst van de zon) en daarna als imam optrad bij het Fadjr gebed.

Wat is het oordeel van het uitstellen van de in te halen dagen tot na de daaropvolgend Ramadan? (Dus iemand verbreekt zijn vasten met een geldige reden, maar haalt deze 'gegeten' dagen pas na de daaropvolgende Ramadan).

Als iemand tijdens de Ramadan niet vast vanwege een reis of ziekte dat is het voor deze persoon verplicht om de niet gevaste dagen in te halen vòòr de daaropvolgende Ramadan. En tussen de twee vastenmaanden is er genoeg ruimte van onze Heer ﷻ gegeven om het vasten in te halen. Als echter het vasten ingehaald wordt nà het verstrijken van de daaropvolgende Ramadan, dan is het verplicht om met elke in te halen dag ook een arme te voeden (als een boetedoening, fidya). Dit is de religieuze uitspraak (fatwa) van een groep metgezellen van de profeet ﷺ. De boetedoening bestaat uit anderhalve kilogram eten wat gangbaar is in een land zoals dadels, rijst e.d. Maar wanneer iemand vòòr de aanvang van de volgende Ramadan het inhaalt dan berust op hem/haar geen boetedoening.

En Allah weet het beste.

Ramadan Weekmenu

Dag 1 Ramadan

Dag 2 Ramadan

Dag 3 Ramadan

Dag 4 Ramadan

Dag 5 Ramadan

Dag 6 Ramadan

Dag 7 Ramadan

Boodschappenlijst

☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

Uitnodigingen Iftar

Ramadan Weekmenu

Dag 8 Ramadan

Dag 9 Ramadan

Dag 10 Ramadan

Dag 11 Ramadan

Dag 12 Ramadan

Dag 13 Ramadan

Dag 14 Ramadan

Boodschappenlijst

[illegible]

Uitnodigingen Iftar

Ramadan Weekmenu

Dag 15 Ramadan

Dag 16 Ramadan

Dag 17 Ramadan

Dag 18 Ramadan

Dag 19 Ramadan

Dag 20 Ramadan

Dag 21 Ramadan

Boodschappenlijst

☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

Uitnodigingen Iftar

Ramadan Weekmenu

Dag 22 Ramadan

Dag 23 Ramadan

Dag 24 Ramadan

Dag 25 Ramadan

Dag 26 Ramadan

Dag 27 - 28 Ramadan

Dag 29 - 30 Ramadan

Boodschappenlijst

☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

Uitnodigingen Iftar

H'ifd tracker djoez-e 'Amma

Soerah	Datum H'ifdh			Datum Moeraadja'ah			
An-Nabaa-e							
An-Naazi'aat							
'Abasa							
At-Tekwier							
Al-Infitaar							
Al-Moetaffifien							
Al-Inshiqaaq							
Al-Boeroedj							
At-Taariq							
Al-A'la							
Al-Ghaashiyah							
Al-Fadjr							
Al-Balad							
As-Shams							
Al-Layl							
Ad-Dhoh'aa							
As-Shark'							
At-Tien							
Al - 'Alaq							
Al-Qadr							
Al-Bayyinah							
Az-Zalzalah							
Al- 'Aadiyaat							
Al-Qaari'ah							
At-Takaathoer							
Al- 'Asr							
Al-Hoemazah							
Al-Fiel, Zoeraysh							
Al-Maa'oen, Al-Kawthar							
Al-Kaafiroen, An-Nasr, Al-Masad							
Al-'Ikhlās, Al-Falaq, An-Naas							

Speedcleaning checklist

☐ Slaapkamers

- Bedden opmaken
- Rondslingerende kleding, speelgoed en rommeltjes opruimen
- Afstoffen/nat afnemen
- Stofzuigen
- Dweilen

☐ Badkamer

- Rondslingerende kleding, handdoeken en rommeltjes opruimen
- Verzorgingsproducten op vaste plek terugzetten
- Wastafel, kranen, planchet en spiegel afnemen
- Handdoeken vervangen
- Dweilen
- Badmat vervangen

☐ Gang

- Rondslingerende rommeltjes opruimen
- Spiegel afnemen
- Stofzuigen
- Dweilen
- Trap stofzuigen

☐ WC

- Binnen, buiten, rondom de onderkant en achter het toilet
- Fontein en kraan afnemen
- Handdoek vervangen
- Dweilen
- WC mat vervangen

☐ Keuken

- Afwassen en afdrogen / vaatwasser legen en vullen
- Rommeltjes opruimen
- Aanrechtblad legen en afnemen
- Kraan en spoelbak afnemen
- Vuilnisbak legen
- Vegen/stofzuigen en dweilen

☐ Woonkamer

- Rondslingerende rommeltjes opruimen
- Kussens op de bank rechtzetten
- Afstoffen/nat afnemen
- Stofzuigen
- Dweilen

- ☐ _____
- _____
- _____
- _____
- ☐ _____
- _____
- _____
- _____

Benodigdheden

- ☐ Afstofdoekje
- ☐ Afwasmiddel
- ☐ Allesreiniger
- ☐ Bezem
- ☐ Dweil
- ☐ Microvezeldoek
- ☐ Schoonmaakazijn
- ☐ Spons
- ☐ Stoffer en blik
- ☐ Stofzuiger
- ☐ Theedoek
- ☐ Vuilniszakken
- ☐ Wasmand

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Tips

- ☐ Werk van de bovenverdieping naar de benedenverdieping of andersom.
- ☐ Draai tussendoor een wasje.
- ☐ Gebruik een mand om spullen te verzamelen die niet in desbetreffend ruimte horen – zet later de spullen terug waar ze wel horen te staan en geef spullen die geen vaste plek hebben een nieuwe vaste plek.
- ☐ Gebruik een timer om jezelf te motiveren.
- ☐ Speedcleaning zorgt niet voor een dieptereiniging, plan dus zo nu en dan een uitgebreide schoonmaakdag of plan dagelijks een extra klus erbij.
- ☐ Ga in een keer met de stofzuiger langs de hele verdieping.
- ☐ Zorg voor een goede taakverdeling in huis.

Ramadan Challenges

Leg in een moskee een nieuwe Qor-aan. Je zult iedere keer een beloning ontvangen als iemand hieruit leest	<i>Verricht een smeekbede voor jezelf, je omgeving en de gehele ommah</i>	Vergeef degenen die jou onrecht aangedaan hebben	<i>Nodig iemand uit die (altijd) alleen het vasten verbreekt</i>	Sta klaar voor iemand die het moeilijk heeft door bijvoorbeeld een luisterend oor te bieden
Ga op zoek naar één of meerdere charitatieve instellingen die jou aanspreken en doneer	BEZOEK EEN ZIEKE	Deel dadels uit aan vastende mensen (om het vasten te verbreken)	Help iemand in het huishouden	BEL IEMAND OP DIE JE LANG NIET HEBT GESPROKEN MET DE INTENTIE OM TE VRAGEN HOE HET GAAT)
Geef sadaqa voor de bouw van een moskee of weeshuis	BRENG EEN (HALVE) DAG DOOR ZONDER INTERNET	Leer een h'adieth uit je hoofd	Haal iemand op om samen het taraweeh' gebed te gaan bidden	<i>Woon een lezing bij.</i>
Leer de 99 schone Namen van Allah uit je hoofd	<i>Schenk een bedrag aan iemand die in nood zit of een schuld heeft</i>	Kook iets lekkers voor een ander en breng het langs	Verricht extra gebeden	<i>Maak de plaatselijke moskee schoon</i>
<i>Geef een oprecht compliment aan een ander</i>	<i>Help een ander bij het memoriseren van de Qor-aan</i>	PRAAT EEN RUZIE UIT EN VERGEEF ELKAAR	Maak een maaltijd klaar voor de imam en de mensen die in de moskee eten	<i>Maak iets lekkers klaar voor jouw niet-moslimburen</i>
Lees de biografie van de profeet 	<i>Zet je ouders in het zonnetje</i>	KOOP EEN BOEK OVER DE ISLAAM EN GEEF HET AAN IEMAND CADEAU	LAAT EEN HARTVERWARMEND BERICHT ACHTER IN DE TREIN OF STUUR IEMAND EEN KAART	Doneer in naam van jouw kinderen, ouders, zusjes of broertjes

Evenementen

Evenement:

Plaats:

Tijd:

Evenement:

Plaats:

Tijd:

Vertaling van de betekenis van de Qor-aan: "En zeg "Mijn Heer, vermeerder mijn kennis"
(Soerat Taa Ha 114)

Evenement:

Plaats:

Tijd:

Evenement:

Plaats:

Tijd:

De Profeet (Allahs vrede en zegen zij met hem) zei: "Als Allah voor een persoon het goede wenst, dan schenkt Hij hem begrip van de religie" (Al-Boekharie)

Evenement:

Plaats:

Tijd:

Evenement:

Plaats:

Tijd:

"Degene die een pad volgt om kennis op te doen, Allah zal het pad naar het Paradijs voor hem vergemakkelijken" (Al-Boekharie)

Evenement:

Plaats:

Tijd:

Evenement:

Plaats:

Tijd:

"Als de mens komt te overlijden, dan komen al zijn daden stil te liggen, met uitzondering van drie. Een doorlopende liefdadigheid, baatvolle kennis en een rechtschapen kind dat smeekbeden voor hem verricht" (Moeslim)

Laylatoe l - Qadr

Laylatoe l-Qadr (de Waardevolle Nacht) is beter dan duizend maanden

Allah de Verhevene heeft de oemmah een nacht geschonken waarin de aanbidding gelijk staat aan de aanbidding van meer dan 83 jaar. Deze gezegende nacht is Laylatoe l-Qadr. Het is de beste nacht van het jaar, die plaatsvindt in de beste maand van het jaar, namelijk Ramadan. In deze nacht is het beste Boek, de Qor-aan, neergezonden naar de beste boodschapper, Moh'ammed ﷺ, ten behoeve van de beste der gemeenschappen. Allah ﷻ heeft waarlijk een hele soerah neergezonden over deze nacht vanwege haar status bij de Heer der werelden. Allah de Verhevene zegt (vertaling van de betekenis van de Qor-aan): **"Voorwaar, Wij hebben hem (de Qor-aan) neergezonden in de Waardevolle Nacht (Laylatoe l-Qadr). En wat doet jullie weten wat de Waardevolle Nacht is? De Waardevolle Nacht is beter dan duizend maanden. De engelen en de Geest (Djibriel جبريل) daalden in haar neer met de toestemming van hun Heer, voor elke beschikking. Vrede heerst (in deze nacht), tot aan de ochtendschemering"** (Soerat al-Qadr 97).

Al-Qadar betekent eer en een hoge status, ook wordt het uitgelegd met bepaling/maatgeving. Deze nacht is namelijk van groot belang en heeft een hoge status bij de Heer der werelden en tegelijkertijd worden in deze nacht de zaken bepaald voor het komende jaar. Daarom plachtte de profeet ﷺ zijn best te doen deze nacht niet te laten schieten. Hij heeft zijn gemeenschap geleid naar het nachtgebed in deze nacht door te zeggen: **"Degene die het nachtgebed verricht tijdens Laylatoe l-Qadr uit geloof en hopende op beloning, al zijn voorgaande zonden zullen vergeven worden"** overgeleverd door Al-Boekharie en Moeslim.

Vervolgens heeft hij ﷺ hen duidelijk gemaakt dat het plaatsvindt in de oneven nachten van de laatste tien nachten van Ramadan. Daarom was de profeet ﷺ gewoon om deze laatste tien nachten in gebed door te brengen en zijn gezin wakker te maken in de hoop deze gezegende nacht mee te maken. Hij zonderde zich zelfs af in aanbidding in de moskee en verrichtte de i'tikaaf hopende op al het goede van deze nacht.

In deze gezegende nacht heeft Allah de Verhevene de mensheid begunstigd met het neerzenden van de meest geweldige boodschap, waarmee Hij de duisternis van de dwalenden heeft weggenomen, de harten leven heeft ingeblazen en het verstand heeft verlicht. Het neerzenden van de edele Qor-aan is de grootste gunst waarmee Allah ﷻ de gemeenschap van Moh'ammed ﷺ heeft begunstigd. Daarom heeft Allah ﷻ de beste der engelen, Djibriel جبريل, uitverkoren om deze boodschap met de vermaning over te brengen in deze gezegende nacht waarin de engelen neerdalen met barmhartigheid en rust over de bewoners van de aarde.

Het is waarlijk een unieke nacht in haar soort en hoogwaardig in haar inhoud. De moeder van de gelovigen 'A'iesha رضي الله عنها vroeg de profeet ﷺ welke smeekbede zij in deze gezegende nacht kon zeggen. Hij adviseerde haar de volgende smeekbede: **"Allaahoemma innaka 'afoewwoen toeh'iebboe l-'afwa fa'foe 'annie"** (oh Allah! U bent de meest Vergevingsgezinde en U houdt ervan om zonden kwijt te schelden, dus scheldt mijn zonden kwijt) overgeleverd door Ah'med, At-Tiermidzie en Ibn Maadjah.

Deze smeekbede omvat, ondanks zijn beknoptheid, al het goede, omdat de betekenis van 'afw kwijtschelding is. Degene die kwijtschelding geschonken wordt, wordt beschermd aangaande zijn lichaam en geest en wordt beschermd van de vergelding en de bestraffing. Daarmee behaalt hij het goede van beide werelden en het geluk van beide levens. Dus, Laten we ons uiterste best doen door Laylatoe l-Qadr in gebed door te brengen, veelvuldig vergiffenis te vragen, Allah ﷻ te gedenken en de Qor-aan te reciteren.

وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ

En Hij is bij jullie waar jullie ook zijn

Soerat al-H'adied vers 4

www.happyorganizedhome.nl

Sadaga

Project:

Iftar Sa-iem

Bedrag:

(Maaltijdprojecten)

Project:

Bedrag:

Project:

Bedrag:

Project:

Bedrag:

Sadaga Djarie- ja

(Doorlopende Sadaga)

Project:

Bedrag:

Project:

Bedrag:

Project:

Bedrag:

"Eenieder zal (op de Dag des Oordeels) zich in de schaduw
bevinden van zijn liefdadigheid"
(Ibnoe Khoezaymah en Ibnoe Hibbaan)

"Liefdadigheid doet het bezit niet verminderen"
(Moeslim)

Eid Outfit

<i>Naam</i>	<i>Cadeau</i>	<i>Budget</i>	<i>Gekocht</i>
<i>Notities:</i>			

Eid Cadeaus

<i>Naam</i>	<i>Cadeau</i>	<i>Budget</i>	<i>Gekocht</i>
<i>Notities:</i>			

Eid Voorbereidingen

Ontbijt

Boodschappenlijst

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

Uitnodigingen

Warme maaltijd

Toetjes

Zoetigheden

20 Tips voor de Ramadan

1 Zuiver je intentie bij alle daden

11 Begin je dag met het uitvoeren van de belangrijkste opdrachten/taken

Volg de Soennah van de profeet (Allah's vrede en zegeningen zij met hem) **2**

Neem een powernap; doe een korte dutje van maximaal 30 minuten **12**

Verricht met de hele familie het gezamenlijk gebed **3**

13 Blijf standvastig

4 Zorg voor een goede planning, reken uit hoeveel tijd je dagelijks nodig hebt voor aanbidding (Ibada)

Plan een vast moment op een dag om de Qor-aan te lezen **14**

5 Plan een avond van tevoren doelen voor de volgende dag

15 Verricht veel Doua-e en Adhkar

6 Mis nooit de Suhoor en neem een goed vullend en gezonde maaltijd bij Suhoor

Laat een goede daad een slechte daad opvolgen **16**

7 Wees dankbaar

17 Begeef je in goed gezelschap (omring je door mensen met goed gedrag)

Help een liefdadigheidsinstelling en geef uit aan liefdadigheid **8**

Wordt minimaal drie kwartier voor Fadjr wakker **18**

9 Verbreek het vasten met dadels

19 Verricht op de juiste manier Da ' wah

10 Wees altijd oprecht, vriendelijk en glimlach naar anderen

Verricht na het verbreken van het vasten eerst het Maghreb gebed voor je aan jouw maaltijd begint **20**

Acceptatie van goede daden

Er zijn verschillende redenen die leiden tot acceptatie van een daad, die overgeleverd zijn in het Boek van Allah ﷻ, en de Soennah van onze geliefde profeet ﷺ. Zij kunnen als volgt opgesomd worden:

1. Oprechtheid:

Eén van de voorwaarden voor de acceptatie van een daad is volledige en absolute oprechtheid tegenover Allah ﷻ. Waarlijk, Allah is de Enige Die het recht heeft om aanbeden te worden en Hij heeft geen deelgenoten. Hij accepteert alleen de daden die geheel omwille van Hem zijn verricht. Vertaling van de betekenis van de Qor-aan: **"Wie dan hoopt op de ontmoeting met zijn Heer: laat hem goede daden verrichten en laat hem bij de aanbidding van zijn Heer niet één deelgenoot toekennen"** (Soerat Al-Kahf 110).

Ook is er een les voor ons in de overlevering van de drie mensen die gevangen zaten in een grot, en niet in staat waren om eruit te komen, aangezien een grote rots de opening geblokkeerd had. Eenieder van hen kwam dichterbij Allah ﷻ door middel van een daad die Allah ﷻ tevreden stelde. Zij zeiden allemaal aan het eind van hun smeekbede: "O Allah! Als ik dit slechts voor Uw Aangezicht gedaan heb, bevrijd ons dan van hetgeen ons overkomen is." Toen Allah ﷻ hun waarachtigheid en oprechtheid zag, verloor Hij hen van hun nood. Hij accepteerde hun smeekbedes en bevrijdde hen gezond en wel uit de grot.

2. Vasthouden aan de Soennah van de profeet ﷺ:

Vertaling van de betekenis van de Qor-aan: **"Zeg (O Moh'ammed): 'Als jullie van Allah houden, volg mij dan: Allah zal van jullie houden en jullie zonden vergeven. En Allah is Vergevensgezind, Meest Barmhartig'"** (Soerat Aal 'Imraan 31).

Het volgen van de Soennah van de profeet ﷺ zorgt ervoor dat Allah ﷻ van Zijn dienaar houdt. Dit leidt tot acceptatie van zijn daden en vergiffenis van zijn zonden. Ook zei de profeet ﷺ: "Eenieder die een handeling verricht dat niet door ons is voorgeschreven, zal verworpen worden" (overgeleverd door Moeslim).

Tot de immense Genade van Allah ﷻ behoort dat Hij vele tekenen heeft achtergelaten die op de acceptatie van daden wijzen. Dit wordt gezien in de volgende uitspraak (vertaling van de betekenis van de Qor-aan): **"Vertel hen de waarheid van het verhaal over de twee zonen van Aadam: toen zij een offer brachten, werd het van één van hen (Abel) aanvaard en van de ander (Kaïn) werd het niet aanvaard. Hij (Kaïn) zei: 'Ik zal jou doden.' Hij (Abel) zei: 'Voorwaar, Allah aanvaardt alleen (het offer) van de moettaqoen'"** (Soerat Al-Maa'idah 27).

We zien dat het werkwoord "toeqoebbila" of 'aanvaardt' een passief werkwoord is waarbij het onderwerp niet vermeld staat, maar wat natuurlijk Allah ﷻ is. Dit versterkt het feit dat acceptatie behoort tot de zaken van het onzichtbare. Daarom is niemand in staat om hier absolute zekerheid over te hebben. Het bevindt zich puur in de Handen van Allah ﷻ. Hierin bevindt zich genade en goedheid voor de dienaar zodat hij tegelijk met vrees en hoop aanbidding kan verrichten.

3. Gezegend zijn met rechtschapen daden daarna:

Tot de tekenen van acceptatie van daden behoort dat wanneer Allah ﷻ de daad van een dienaar accepteert, Hij hem vervolgens zegent met rechtschapen daden daarna. Dit wordt duidelijk gezien in de h'adj wanneer de pelgrims terugkeren; zich onthoudend van dit leven en zich kerend tot het hiernamaals.

4. Het voortzetten van de goede daad:

Wat er ook voor Allah ﷻ gedaan wordt, het gaat ononderbroken door. Aan de andere kant, alles wat voor iemand anders dan voor Allah ﷻ gedaan wordt stopt en zal teruggetrokken worden. Zolang de daad omwille van Allah ﷻ verricht wordt, zal Allah ﷻ het accepteren door Zijn immense Genade. Allah de Verhevene zegt (vertaling van de betekenis van de Qor-aan): **"En Hij is Degene Die het berouw van Zijn dienaren aanvaardt. En Hij vergeeft de slechte daden en Hij weet wat jullie doen"** (Soerat As-Shoera 25).

5. Tevredenheid en voldaanheid met het bevel, oordeel, besluit en voorbeschikking van Allah ﷻ:

Allah ﷻ zegt over Zijn dienaren die rechtschapen daden verrichten (vertaling van de betekenis van de Qor-aan): **"Hun beloningen bij hun Heer zijn de Tuinen van 'Adn (het Paradijs), waar de rivieren onder door stromen, zij zijn eeuwig levenden daarin, voor altijd. Allah is met hen behaagd en zij zijn met Hem behaagd. Dat is voor wie zijn Heer vreest."** (Soerat Al-Bayyinah 8)

Wanneer Allah ﷻ tevreden over iemand is, dan accepteert Hij zijn daden, zegent hem hiermee en belooft hem hiervoor.

Doelen voor na de Ramadan

Juli 2019

[illegible]

Augustus 2019

[illegible]

September 2019

[illegible]

Oktober 2019

[illegible]

November 2019

December 2019

[illegible]

Januari 2020

[illegible]

Februari 2020

[illegible]

Maart 2020

[illegible]

Ramadan 2020

[illegible]

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no vertical margin lines or other markings present. The paper appears to be a standard sheet of notebook paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

[illegible]

Het einde van de Ramadan is aangebroken. Tijdens de Ramadan hebben we een mentale boost ervaren en ontdekt wat de voordelen zijn van goede gewoontes. We leerden onze nafs weer kennen, voelden de eenheid van de moslims over de gehele wereld, en vooral wat niet onbelangrijk is - we beseften ons weer wat ons geloofsovertuiging met ons doet.

Zoals bij alles heb je ook valkuilen bij het ontwikkelen of afleren van gewoontes. Bij het afleren van een "slechte" gewoonte is de kans groot om in een leegte te vallen. Je hebt tijd en energie over maar je hebt geen idee met wat je het kunt opvullen. Een andere valkuil is, is dat men juist weer teveel en alles perfect wilt doen. De kans is groot om een terugval te krijgen omdat het te intensief en overweldigend wordt. We hoeven niet alles in een keer perfect te doen, de Profeet (Allahs vrede en zegen zij met hem) heeft gezegd dat de meest geliefde daad, daden zijn die constant uitgevoerd worden ook al zijn ze klein. Haalbare en reële doelen staan dus voorop, liever 2 doelen die te verwezenlijken zijn, dan 5 doelen die je uiteindelijk niet zult uitvoeren.

Wat kunnen we o.a. voortzetten?

- ❖ Het gebed onderhouden en verrichten van extra gebeden
- ❖ Extra vasten
- ❖ Liefdadigheid, het voeden van de armen, zorgen voor weeskinderen
- ❖ Smeekbeden, Dhikr
- ❖ De Qor-aan lezen en uit het hoofd leren
- ❖ Familieleden bezoeken
- ❖ Zieken bezoeken
- ❖ Dankbaarheid en nederigheid tonen

Moge Allah het vasten en alle goede daden van ons accepteren en ons een volgende Ramadan schenken!



Deze ramadanplanner is samengesteld door www.happyorganizedhome.nl en is gratis te downloaden op www.happyorganizedhome.nl je mag het kopiëren en via alle wegen verspreiden. Je mag geen wijzigingen aanbrengen en het mag niet te koop aangeboden worden. Happy Organized Home behoudt alle recht op haar werk.