



<i>Mijn vasten:</i>	<i>Ma</i>	<i>Di</i>	<i>Wo</i>	<i>Do</i>	<i>Or</i>	<i>Za</i>	<i>Zo</i>
Heb ik gevast?							
Opgestaan voor sahur?							
Voldoende gedronken met sahur? (minimaal 1 liter)							
Dua voor iftar?							
Gezonde iftar maaltijd?							
Voldoende gedronken met iftar/daarna (minimaal 1.5 liter)							
<i>Mijn gebed:</i>							
Fadjr gebeden?							
Dohr gebeden?							
Asr gebeden?							
Maghrib gebeden?							
Isha gebeden?							
De dagelijkse 12 sunnah gebeden verricht?							
Witr gebeden?							
Taraweeh gebeden?							
Tajjahud/Qiyaam gebeden?							
Duha gebeden?							
Adhkar van de ochtend verricht?							
Adhkar van de avond verricht?							
<i>Mijn bart:</i>							
Quran gelezen/Dagelijkse djuz gelezen?							
Quran geluisterd?							
Quran gememoriseerd?							
Sadaqa gegeven?							
Dhikr gedaan?							
Allah om vergeving gevraagd?							
<i>Sociaal:</i>							
Niet geroddeld/achter iemands rug gesproken?							
Geen ruzie gemaakt?							
Niemand gekwetst?							
Niet gevloekt?							
Ogen afgeslagen buitenshuis?							
Goed geweest voor mijn ouders?							
Iemand voorzien van iftar?							
Anderen aangespoord tot het goede?							
<i>Mijn tijd:</i>							
Geen verkeerde dingen geluisterd/gekeken? (muziek/series)							
Nuttige dingen gedaan?							
Iemand geholpen?							
Niet onnodig rondgesurft op internet?							
Kennis opgedaan?							

Allah zegt: Iedere daad van de zoon van Adam is voor hem, behalve het vasten. Het vasten is voor Mij en Ik zal hem ervoor belonen. Hadith qudsi overgeleverd door abu Hurayra. Sahih Bukhari & Muslim



	<i>Ma</i>	<i>Di</i>	<i>Wo</i>	<i>Do</i>	<i>Or</i>	<i>Za</i>	<i>Zo</i>
<i>Orijdag:</i>							
Ghusl gedaan?							
Nette kleding, geknipte nagels etc?							
Surah al Kahf gelezen?							
Jumua gebeden?							
Dua voor de profeet gedaan?							
<i>Eigen invulling:</i>							

<i>Persoonlijke doelen voor deze week</i>	<i>Gebaald</i>

<i>Lezingen die ik deze week wil bijwonen/luisteren</i>	<i>Gedaan</i>

<i>Overige agenda punten/opmerkingen voor deze week, verbeterpunten voor volgende week:</i>

Deze checklist is van:

Ramadan week nummer: 1 2 3 4

Allah zegt: Iedere daad van de zoon van Adam is voor hem, behalve het vasten. Het vasten is voor Mij en Ik zal hem ervoor belonen. Hadith qudsi overgeleverd door abu Hurayra. Sahih Bukhari & Muslim