

























































































































# IK DRINK VOLDOENDE TIJDENS RAMADAN

RAMADAN MUBARAK KAREEM! MAAK ER EEN GEZONDE RAMADAN VAN. GEZONDE GROETJES, SAMIRA BOURHALEB-TOUB

 = 200 ML

NR.	VERBREKEN VAN VASTEN	NA IFTAR	30 MIN ERNA	VOOR LAATSTE GEBED	NA LAATSTE GEBED	VOOR SLAPEN	BEGIN SAHOOR	EINDE SAHOOR
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

NR.	VERBREKEN VAN VASTEN	NA IFTAR	30 MIN ERNA	VOOR LAATSTE GEBED	NA LAATSTE GEBED	VOOR SLAPEN	BEGIN SAHOOR	EINDE SAHOOR
16								
17								
18								
19								
20								
21								
22								
23								
24								
25								
26								
27								
28								
29								
30								

Moge Allah je vasten en gebeden accepteren! AMEEN