



Mein Ramadan

Undatierter Planer, Tag 1 bis Tag 30



Ramadan Mubarak



Dieser Planer gehört: _____

Jahr: _____

Inhalt

Vorbereitung	4
Meine Eckdaten	4
Meine Vorsätze für diesen Monat	5
Vor dem Ramadan	6
Mein typischer Tag	7

Meine 30 Tage

8

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30

Gebetsübersicht	39
Meine Gebete in diesem Monat	39

Übersicht Koranlesung	40
Meine 30 Juz	40
Lesetagebuch	41
Meine Lesenotizen	42

Essen und Einkaufen	43
Menüs für Tag 1 bis 7	43
Menüs für Tag 8 bis 14	44
Menüs für Tag 15 bis 21	45
Menüs für Tag 22 bis 28	46
Menüs für Tag 29 und 30	47
Meine Einkaufsliste	48
Meine Rezepte	49
Meine Vorräte	50

Gäste und gemeinsames Iftar	51
Meine Gästeliste	51
Meine gemeinsamen Iftars	52
Das Iftar, zu dem ich einlade	53

Zakat, Sadaqa und Spenden	54
Meine Spendenübersicht	54
Mein Budget für den Monat	55

Ziele und Gewohnheiten	56
Meine Ziele für den Monat	56
Meine Gewohnheiten über 30 Tage	57
Halbzeit	58

Dankbarkeit	59
Mein Dankbarkeitstagebuch	59
Menschen, denen ich danken möchte	60

Die letzten zehn Nächte	61
Mein Plan für die letzten zehn Nächte	61
Nacht für Nacht	62

Eid vorbereiten	63
Meine Liste für Eid	63
Geschenke zu Eid	64
Besuche und Grüße	65
Festessen und Budget für Eid	66

Rückblick auf den Monat	67
Mein Ramadan-Rückblick	67
Was ich nach dem Ramadan beibehalte	68
Notizen	69

Schreiben Sie mit Ihren eigenen Worten, was Sie sich für diesen Monat wünschen. Nichts ist vorgegeben.

Was ich mir für diesen Monat wünsche

robo

Was ich öfter tun möchte

Was ich seltener tun möchte

se

Ein Wort, das meinen Monat zusammenfasst

Notizen

Meine 30 Tage

Eine Seite pro Tag. Füllen Sie aus, was Ihnen nützt, und lassen Sie den Rest frei.

1  _____	2  _____	3  _____	4  _____	5  _____
6  _____	7  _____	8  _____	9  _____	10  _____
11  _____	12  _____	13  _____	14  _____	15  _____
16  _____	17  _____	18  _____	19  _____	20  _____
21  _____	22  _____	23  _____	24  _____	25  _____
26  _____	27  _____	28  _____	29  _____	30  _____



Fasten

☐ Heute gefastet

Uhrzeit Suhur:

Uhrzeit Iftar:

Gebete

☐ Fajr ☐ Dhuhr ☐ Asr ☐ Maghrib ☐ Isha

Weiteres Gebet (optional):

Koranlesung

Juz:

Von Seite bis Seite

Meine gute Tat heute

Heute bin ich dankbar für

Frage des Tages

Was würde mir helfen, gut in diesen Monat zu starten?

10

Notizen

Meine Gebete in diesem Monat

Der ganze Monat auf einen Blick. Kreuzen Sie jedes Feld in Ihrem eigenen Rhythmus an; Uhrzeiten sind nicht angegeben.

Eine Zeile pro Tag, ein Feld pro Gebet. Die letzte Spalte bleibt frei.

Tag	Fajr	Dhuhr	Asr	Maghrib	Isha	Weiteres (optional)
1	☐	☐	☐	☐	☐	
2	☐	☐	☐	☐	☐	
3	☐	☐	☐	☐	☐	
4	☐	☐	☐	☐	☐	
5	☐	☐	☐	☐	☐	
6	☐	☐	☐	☐	☐	
7	☐	☐	☐	☐	☐	
8	☐	☐	☐	☐	☐	
9	☐	☐	☐	☐	☐	
10	☐	☐	☐	☐	☐	
11	☐	☐	☐	☐	☐	
12	☐	☐	☐	☐	☐	
13	☐	☐	☐	☐	☐	
14	☐	☐	☐	☐	☐	
15	☐	☐	☐	☐	☐	
16	☐	☐	☐	☐	☐	
17	☐	☐	☐	☐	☐	
18	☐	☐	☐	☐	☐	
19	☐	☐	☐	☐	☐	
20	☐	☐	☐	☐	☐	
21	☐	☐	☐	☐	☐	
22	☐	☐	☐	☐	☐	
23	☐	☐	☐	☐	☐	
24	☐	☐	☐	☐	☐	
25	☐	☐	☐	☐	☐	
26	☐	☐	☐	☐	☐	
27	☐	☐	☐	☐	☐	
28	☐	☐	☐	☐	☐	
29	☐	☐	☐	☐	☐	
30	☐	☐	☐	☐	☐	

Anmerkungen

Meine Einkaufsliste

Ordnen Sie Ihre Einkäufe nach Abteilung. Drucken Sie diese Seite so oft wie nötig.

Obst und Gemüse

☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐

Vorräte und Trockenwaren

☐	☐
☐	☐
☐	☐
☐	☐

Kühlregal

☐	☐
☐	☐
☐	☐

Getränke

☐
☐
☐
☐

Haushalt und Sonstiges

☐
☐
☐
☐

Notizen

Nacht	Datum	Gebet	Lesen	Spende	Meine Notiz
21		☐	☐	☐	
22		☐	☐	☐	
23		☐	☐	☐	
24		☐	☐	☐	
25		☐	☐	☐	
26		☐	☐	☐	
27		☐	☐	☐	
28		☐	☐	☐	
29		☐	☐	☐	
30		☐	☐	☐	

electronarium

Mein Ramadan — Undatierter Planer für
30 Tage

**Vollversion auf
electronarium.com**

Diese Leseprobe zeigt 8 von 70 Seiten.

Die vollständige Datei steht nach dem Kauf sofort zum
Download bereit.