



Juni 2020 | Nieuwsbrief Majlis Ansarullah Nederland

Informatie

Majlis Ansarullah Nederland organiseert online kennissessie

Elke woensdag

Nederlands: 19:00 – 20:00 uur

Urdu: 20:00 – 21:00 uur

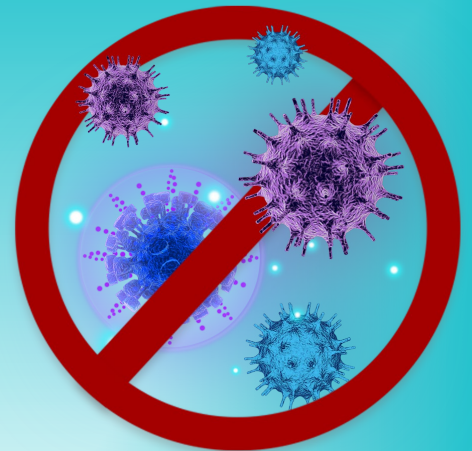
Links voor boek “Elementary Study of Islam” en vragenlijst van de tweede kwartaal 2020

Engels boek: <http://www.alislam.org/book/study-of-islam/>

Nederlands boek: <https://bieb.islamnu.nl/product/een-elementaire-studie-van-de-islam/>

Vragenlijst: <https://forms.gle/kUqC5aVmhrLk9sWaA>

Binnen deze nieuwsbrief



Instructies voor vrijdag gebed
En magrib isha gebed

Actuele veiligheidsadviezen met betrekking tot Covid-19

Door dr. Abdulhaq Compier

Covid-19

Bij ongeveer 2-10% van geïnfecteerde personen veroorzaakt het virus Covid-19 schade in meerdere organen: longen, hart, nieren, hersenen, bloedvaten. Tot dusver heeft een auto-immunreactie bij ongeveer 1 op de 1000 besmette kinderen beschadigde bloedvaten veroorzaakt, de "Kawasaki ziekte". Ongeveer 1,4% van geïnfecteerde personen sterft aan de ziekte, waardoor Covid-19 veertien keer dodelijker is dan influenza. Typische symptomen zijn: reuk- en smaakverlies, pijn bij ademen en zó snel moe dat iemand na enkele stappen al moet gaan zitten.

Hoe verspreidt Covid-19 zich?

Om praktische maatregelen te treffen tegen een infectieziekte, moeten we ons kunnen voorstellen hoe infectie optreedt. Het volgende is momenteel de beste visualisatie van Covid-19 besmetting. Het virus komt bij voorkeur via de neus het lichaam binnen en vermenigvuldigt zich in de neuscellen, wat vaak reuk- en smaakverlies veroorzaakt. De volgende dagen vermenigvuldigt het zich verder in de luchtwegen. Hoewel de persoon zich nog niet ziek voelt, kan hij al anderen besmetten. Een persoon is het meest besmettelijk zelfs voordat hij zich ziek voelt: twee dagen vóór en drie dagen nadat hij symptomen krijgt. Hij verspreidt de ziekte niet alleen door hoesten, maar vooral door kleine virusdeeltjes die vrijkomen door te praten, te schreeuwen en te zingen. In ongeventileerde ruimten kunnen deze "aerosolen" zich ophopen en in de lucht gaan circuleren. Dit zorgt voor "superspreading events": een enkele besmettelijke persoon kan bijna alle mensen infecteren op een werkvergadering, in een restaurant, in een kerk, in een vliegtuig of in een gebouw met gesloten luchtcirculatie. Het virus overleeft het best in koude en droge lucht. Dit verklaart de vele uitbraken in grote gekoelde vlees- of visverpakkingsfabrieken. De koude en droge lucht van airconditioning kan verklaren waarom Pakistan en Iran ondanks hun lockdown en ondanks het warme en vochtige klimaat nog steeds toenemende infecties hebben.

Hoeveel mensen zijn besmettelijk in Nederland (14 juni 2020)

Ongeveer drie van de 10.000 mensen in Nederland is op dit moment besmettelijk.

Het aantal infecties blijft ongeveer gelijk.

Wat kunt u doen om infectie te voorkomen?

1. Als het weer het toelaat, organiseer uw activiteiten dan zoveel mogelijk buiten.
2. Ventileer de kamers waar u andere mensen ontmoet. Ventilatie blaast de gevaarlijke aerosols binnen enkele minuten weg. Dit is een *eenvoudige* maatregel, maar net zo *belangrijk* als blussen als er brand ontstaat in uw huis: als u het niet doet, komt iedereen in gevaar!
3. *Gebruik geen airconditioning* zonder dat lucht van buiten de lucht in uw kamer ververst.
4. Informeer de school van uw kinderen en uw baas op werk over het belang van ventilatie. Als ze twifelen, zeg dan dat het slechts een kleine moeite is, uit voorzorg, met waarschijnlijk groot voordeel.
5. Om het risico van superspreading events verder te verminderen, kunt u vergaderingen binnen het best beperken tot ongeveer 10 personen. In de meeste ruimten is met meer aanwezigen ventilatie niet goed mogelijk. Buiten, uit voorzorg, zou ik geen menigten bezoeken met meer dan 100 mensen in een gebied zo groot als een voetbalveld.
6. De “anderhalve meter” maatregel is niet absoluut. U hoeft niet in paniek te raken als u een paar seconden dichtbij iemand staat. Infectie treedt op na 5 minuten praten op minder dan een meter afstand zonder ventilatie. Niet na 5 seconden. Constant de anderhalve meter controleren maakt u niet veiliger. Het is juist schadelijk voor uw sociale en psychische welzijn, dus maak er geen halszaak van.

7. Draag Vicks bij uw neus. Dit is een advies van Hazrat Khalifatul Masih (aba). De wijsheid achter dit door God geïnspireerde advies kan zijn dat het uw neus vochtig maakt waardoor virusdeeltjes in uw neus worden gedood. Neem ook homeopathische medicijnen zoals voorgeschreven door Hazur (aba).

8. Draag een mondkapje in ongeventileerd openbaar vervoer en in winkels. Het vermindert de dosis virusdeeltjes die u inademt, waardoor uw lichaam het virus gemakkelijker kan verwijderen. Het zal ook anderen beschermen als u besmettelijk bent zonder het te weten.

9. Kom uiteraard niet in een kamer met mensen die koorts hebben of hoesten. Blijf zelf 14 dagen thuis als u symptomen heeft, tenzij u negatief getest wordt. Ventileer uw huis goed en trek u alleen terug op een kamer. Overleg met uw huisarts over ziekenhuisopname.

10. Als u op een drukke plek binnen bent geweest (> 100 mensen), of in een kamer met iemand die besmet bleek te zijn, bel dan uw GGD om u te laten testen. 11. Houd uw immuunsysteem op peil door te sporten en gezond te eten. Als u getinte huid heeft, vul dan uw vitamine D aan.

12. Moet u objecten die in huis komen, desinfecteren? In theorie kunnen mensen artikelen in winkels besmetten. Alle gedocumenteerde uitbraken kwamen echter via de lucht en niet via voorwerpen. Dus ik vermoed dat dit geen risicovolle besmettingsroute is. Wanneer er doden in uw regio zijn, kunt u uit voorzorg toch objecten gaan desinfecteren.

Advies voor kouder weer vanaf oktober:

Koop voor uw werk en thuis een HEPA-luchtfilter met luchtvochtigheidsregeling. Het filtert virusdeeltjes uit de lucht en houdt de luchtvochtigheid op 50%, waardoor het virus binnen enkele minuten wordt gedood. Als er in uw regio iemand is gestorven aan Covid-19, betekent dit dat er 3 weken geleden ongeveer 100 gevallen waren. Bij een stijgende infectiecurve is het aantal gevallen op het moment dat de persoon overlijdt al opgelopen tot duizenden. Ga dan thuis werken, draag buiten een mondkapje en houd uw kinderen van school.

Bronnen

De informatie over asymptomatische besmetting komt uit de wetenschappelijke tijdschriften Nature en het New England Journal of Medicine. De informatie over aerosols en superspreading events is onder meer gebaseerd op bevindingen van de Nederlandse sociaal-demograaf Maurice de Hond, Erin Bromage, professor in de biologie en immunologie aan de Universiteit van Massachusetts, Dr. Taheda uit Japan en de Duitse viroloog Christian Drosten, die Angela Merkel adviseert.

Mijn informatie kan na enige tijd verouderd zijn. U kunt bovenstaande wetenschappers en Hazrat Khalifatul Masih (aba) volgen om op de hoogte te blijven.

Instructies voor bezoek aan de moskee voor Juma en Isha'a gebed

1. Het is alleen toegestaan om de moskee te bezoeken indien u en uw gezinsleden geen symptomen hebben van de ziekte zoals koorts, **niezen, hosten, keelpijn** etc.
2. Alle leden die de moskee bezoeken, dienen tijdens het bezoek een mondkapje te dragen. De mondkapje dient juist en te allen tijde te worden gedragen wanneer men op het terrein en in het gebouw van de moskee aanwezig is. De maskers dient men zelf mee te nemen.
3. Alle leden dienen wassing (Wudu) thuis te hebben verricht. De toiletten en wasruimte in de moskee zijn niet beschikbaar.
4. Er zal een onderlinge afstand van 1,5 meter worden gehandhaafd in de moskee en tijdens het gebed.
5. Na het gebed dienen alle leden direct de moskee te verlaten en de instructies van de khudam op duty te volgen.
6. Voor Juma gebed wordt er vooraf een telefoonnummer bekend gemaakt waarop men zich kan aanmelden voor het bezoek.
7. Alle leden die de moskee bezoeken, moeten voor het bezoek bij voorkeur niet gebruik maken van het openbaar vervoer.

Moge Allah Taala onze beschermen tegen deze PANDEMIC en zijn slechte effecten AMIEN



Taleem

- Los de toets op van de 2^{de} kwartaal
- Boek lezen voor de 2e kwartaal
“Een elementaire studie van de Islam.”



Tarbiyyat

- Dagelijks reciteren van de Heilige Koran
- Financiële opofferingen
- Brief naar Huzur Anwar *abta* voor gebed

