

UMRAH & HADJ voor Hem

Kleding

- ☐ Ihraam (evt. in Madinah kopen)
- ☐ Ihraam-gordel met vakjes
- ☐ Minimaal 3 luchtige qamis of jellaba
- ☐ Kufi's
- ☐ Nektasje
- ☐ Katoenen ondergoed
- ☐ Katoenen hemden
- ☐ Pyjama
- ☐ (wandel)schoenen
- ☐ Instappers/slippers/sandalen (niet nieuw, makkelijk aan/uit bij moskee)
- ☐ Wasmiddel
- ☐ Zakdoeken of kleine handdoekjes (wegwerp of katoen)

Religieuze Benodigdheden

- ☐ Gebedskleed
- ☐ Koran
- ☐ Tasbih(digitale teller)
- ☐ Dua-boekje
- ☐ Umrah/ Hadj Dua kaartjes
- ☐ Tasbih voor Tawaaf en Sa'y
- ☐ Dun tasje voor schoenen/gebedskleed
- ☐
- ☐
- ☐

Toilet- en Verzorgingsspullen

- ☐ Parfumvrije shampoo
- ☐ Parfum vrije douchegel
- ☐ Deodorant
- ☐ Tandborstel
- ☐ Tandpasta
- ☐ Floss
- ☐ Siwaak stokje
- ☐ Nagelvijl
- ☐ Nagelknipper
- ☐ Scheermes
- ☐ Tondeuse
- ☐ Scheerschuim
- ☐ Vaseline of zalf tegen droge huid/blaren
- ☐ Zonnebrandcrème zonder parfum
- ☐ Lippenbalsem
- ☐ Washandje

Elektronica

- ☐ Powerbank
- ☐ Opladers
- ☐ Wereldstekker
- ☐ Stekkerdoos
- ☐ Extra simkaart
- ☐ SIM-kaart pinnetje
- ☐
- ☐
- ☐

Medicijnen

- ☐ eigen medicatie
- ☐ Paracetamol
- ☐ Keelpastilles
- ☐ Hoestdrank
- ☐ ORS-tabletten
- ☐ Oordruppels
- ☐ Neusspray
- ☐ Loperamide
- ☐ Vitamine C
- ☐ Blarenpleisters
- ☐ EHBO-kit

Overig

- ☐ Nek kussen
- ☐ Oorpluggen
- ☐ Reisslotjes
- ☐ Hand weegschaal
- ☐ ventilator/waaier
- ☐ plastic poncho
- ☐ zonnebril
- ☐ zaklamp
- ☐ herbruikbare waterfles (thermos)
- ☐ notitieboekje & pen
- ☐ Veiligheidsspelden (Voor ihraam)
- ☐
- ☐
- ☐

Documenten

- ☐ Paspoort min. 6 mnd geldig
- ☐ Kopie paspoort
- ☐ Vliegticket
- ☐ Visum
- ☐ (Reis)Verzekeringspolis
- ☐ Bankpas/Creditcard
- ☐ Contant geld
- ☐ Nusuk app
- ☐
- ☐
- ☐

Extra voor Hadj

- ☐ Geurvrije vochtige doekjes of washandjes
- ☐ 2-3 Handdoeken
- ☐ Evt. waterkoker
- ☐ Slaapzak
- ☐ dunne matras (voor Mina)
- ☐ Grote paraplu
- ☐ Eten: cup-a-soup, instant noodles, tonijn, sultana's, noten, dextrose, thee- en koffiezakjes
- ☐ Bestek
- ☐ Zakje voor verzamelen steentjes
- ☐ Vaccinatieboekje
- ☐
- ☐

Notities: