

Checklist voor de Umrah

Kleding en accessoires

- [Ihraam](#) kleding voor mannen
- Schaar (voor vrouwen na de Umrah)
- Qamies & abayah
- Extra onderkleding
- Gemakkelijke schoenen & slippers (Crocs/Birkenstocks, liefst ingelopen)
- Zonnebril & pet/hoed
- Antislip sokken of sloffen voor gladde vloeren in moskeeën
- Rugtas (voor schoenen, waterfles en gebedskleed)
- Nek-/heuptas voor telefoon, geld en hotelpasje

Persoonlijke verzorging

- Parfumvrije shampoo
- Tandborstel, tandpasta, mondwater, ragers
- Parfumvrije deodorant
- Nagelknipper
- Zonnebrandcrème
- Desinfectiegel
- Vaseline
- Contactlenzen, lenzenvloeistof, extra bril
- Washandjes & handdoeken

Religieuze benodigheden

- [Koran](#) / [dua](#)-boekje
- Gebedskleed
- [Boekje met rituelen \(Umrah/Hadj handleiding\)](#)
- Boek over het leven van de Profeet (saw)

Medicijnen en gezondheid

- Persoonlijke medicijnen
- Paracetamol / Ibuprofen
- Maagzuurtabletten

- Laxeermiddel
- Vitamine C-tabletten (bij verkoudheid)
- Strepsils / keelsnoepjes
- ORS-bruistabletten (tegen uitdroging)
- Blarenpleisters

Reisbenodigheden

- Waterfles (liefst thermosfles)
- [Stopcontactomzetter / wereldstekker](#)
- Handweegschaal voor bagage
- Veiligheidsslotje voor koffer
- Kopieën van verzekeringspolis en paspoort
- Creditcard / pinpas (werelddekking activeren)
- Contant geld

Handige extra's

- Veiligheidsspelden (voor de Ihraam)
- Blarenpleisters
- Nekkussen voor tijdens het reizen
- Notitieboekje & pen
- Tussendoortjes (nootjes, dadels, etc.)

Indien u kinderen meeneemt, vergeet niet:

- [Anti-Go verliesarmband](#) / polsbandje met naam en telefoonnummer
- Eventueel een AirTag / GPS-tracker voor buggy of tas
- Kinderparacetamol / zetpillen, ORS en reistabletjes
- Luiers, billendoekjes en wegwerpluierzakjes
- Babyfles, speen en (indien nodig) babyvoeding
- Kinderwagen / buggy (compact inklapbaar)
- Extra kleding (licht & warm)
- Hoedje/pet tegen de zon + kindersonnebrand
- Kleine snacks (crackers, knijpfruit, rozijnen)

Bekijk via deze [link](#) het Umrah-starterspakket.