

Votre valise pour Al Hajj - Des cases vides afin que vous complétiez par vous-mêmes -

Trousse à pharmacie	Affaires de toilette	Encas et boissons	Vêtements
Gingembre en gélules	Brosse à dents/dentifrice et siwak	Compote de fruits en gourde	___ Qamiss (Indiquer la quantité)
Menthe poivrée	Shampooing et gel douche	Barres de céréales	___ Sarouals / Leggings (Indiquer la quantité)
Bicarbonate de soude	Parfum	Fruits secs	___ T-shirts / Débardeurs (Indiquer la quantité)
Anti-diarrhéique	Tondeuse, rasoir électrique, ciseaux	Café en stick	___ Caleçons / Dessous (Indiquer la quantité)
Anti-vomitif	Coupe ongle	Tisanes /Thé	1 pyjama
Gouttes pour le nez	Coton tige	Légumes en conserves	___ Chéchia / Hijabs (Indiquer la quantité)
Pastilles mentholées	Gant de toilettes et serviette	Rillettes de poisson	1 gilet ou 1 veste pour le retour
Sérum physiologique	Lessive à la main	Conserves de poissons cuisinées	1 paire de claquettes ou similaires
Pansements	Déodorant ou bicarbonate	Wrap complet	1 paire de Baskets
Compresses	Serviettes hygiéniques	Miel	
Antiseptique en spray	Brumisateur		
Huile de coco ou Aloé Vera	Paquets de mouchoirs		
Paracétamol			
Anti-inflammatoire			
Antibiotiques			
Traitement habituel			

Votre valise pour Al Hajj

- Des cases vides afin que vous complétiez par vous-mêmes -

Administratif	Divers		
Passeport avec Visa	Sac à dos		
Carte de séjour	Tapis de prière léger		
Testament	Exemplaire du Coran		
___ € en espèces (Indiquer la quantité)	Livre Hajj et Omras		
Carte Bancaire	Livre d'invocations		
	Carnet de notes		
	Des stylos		
	Multiprise		
	Adaptateur		
	Smartphone		
	Ecouteurs		
	Chargeur externe		
	Montre		
	Gourde		
	Sac de couchage		
	Drap		
	Sac pour le linge sale		
	Cadenas pour la valise		
	Une paire de lunettes de Soleil		
	Cache vue		
	Bouchons d'oreilles		

