

2 Zu Hause erledigen

2.1 Vor der Buchung

- ☐ Aktuelle Reiseinformationen (politischer Zustand, Einreisevorschriften, Adresse Deutsche Botschaft/Konsulat): Auswärtiges Amt, 030/50002000 (Mo-Do 8:30-16:30, Fr 8:30-15),
- ☐ Bankverbindung checken: Akzeptanz im Urlaubsland?
- ☐ Decken private Versicherungen (Leben, Kranken) das Reiseland ab?

2.2 Direkt nach der Buchung

- ☐ Ausweise, Reisepass, Kinderausweis verlängern (noch 6 Monate gültig?)
- ☐ Detailinformationen über Urlaubsland bei den Fremdenverkehrsämtern anfordern (detaillierte Karten, Hotel-, Campingführer, Veranstaltungen)
- ☐ Einreisebestimmungen (auch f. Tiere: z.B. Tollwutschutzimpfung) besorgen
- ☐ Impfungen und (Zahn-) Arztbesuch [s. 3.1]
- ☐ Scheck-, Kreditkarte beantragen, Gültigkeit überprüfen, Funktion am heimischen Automaten prüfen
- ☐ Versicherungen (Rücktritt, Gepäck, Auslandskranken, Rechtsschutz, Reiseunfall, Reisehaftpflicht, Auto, Foto/Video, Sportausrüstung)
- ☐ Visum beantragen

2.3 Einen Monat vorher

- ☐ Fahrzeug-Inspektion (Mobilitätsgarantie)
- ☐ Internationalen Führerschein beantragen
- ☐ Post, Zeitungen, Zeitschriften aussetzen oder Nachsendeantrag stellen

2.4 Eine Woche vorher

- ☐ Alle fälligen Beträge / Rechnungen bezahlen
- ☐ Für ausreichend Liquidität auf Giro-, Kreditkartenkonto sorgen (für gesamte Reisedauer)
- ☐ Geld/Sorten (neu besorgen oder von vergangenen Reisen)
- ☐ Grüne Versicherungskarte (für Kfz)
- ☐ Sind alle Buchungen bestätigt? Flugzeug, Mietwagen, Hotel
- ☐ Tiere, Pflanzen, Post: wer kümmert sich?
- ☐ Traveller Cheques [s. 93.2]

2.5 Einen Tag vorher

- ☐ Auto aus Parkverbot
- ☐ Buchungsunterlagen, Bestätigungen: Flug/Bahntickets für alle Mitreisenden
- ☐ Hotelbestätigung
- ☐ Mietwagenbestätigung
- ☐ Führerbescheinigung bestätigen
- ☐ Telefon von Unterkunft/Reiseveranstalter
- ☐ Gepäck wiegen (meist sind 20-40 kg auf Flugreisen pro Person erlaubt!)
- ☐ Haus-, Briefkastenschlüssel, Urlaubsanschrift+Telefon [s. 91.1] hinterlegen (Bekannte, Verwandte, Nachbarn)
- ☐ Pflanzen ausreichend gießen

2.6 Am Abend vorher

- ☐ Aktuelles Wetter in Reiseland (passende Reisekleidung auswählen)
- ☐ Bei einigen Fluggesellschaften kann man schon am Vorabend das Gepäck einchecken.

2.7 Am Abreisetag

- ☐ Aktuellste Abflugzeit noch mal von zu Hause prüfen (Internet, Hotline)
- ☐ Batterien aus Geräten nehmen
- ☐ Fenster und Türen zu oder kippen / sichern
- ☐ Gas, Licht abschalten
- ☐ Hausschlüssel hinterlegen
- ☐ Heizung aus/niedrig (auch Wasserbettenheizung aus)
- ☐ Kühl- und Gefrierschrank abschalten/abtauen (Türen offen lassen)
- ☐ Möglichst alle Sicherungen raus
- ☐ Müll wegbringen (fängt an zu leben!)
- ☐ Netz-, Antennen, Telefonstecker raus
- ☐ Wasser abdrehen (speziell Geschirrspüler/Waschmaschine)

2.8 Während des Urlaubs

- ☐ Mitbringsel für die Wohnungsbehüter, Bekannte, Verwandte
- ☐ Postkarte an Alf Daubner, Südring 66, 63500 Seligenstadt
- ☐ Rückflugbestätigung von der Fluggesellschaft drei Tage vor Rückflug einholen

2.9 Vor der Rückreise

- ☐ Kaution zurückholen
- ☐ Münzgeld ausgeben
- ☐ Safeschlüssel abgeben
- ☐ Schlüssel abgeben
- ☐ Transfer zum Flughafen regeln
- ☐ Trinkgeld hinterlassen

2.10 Nach der Rückkehr

- ☐ Auf gesundheitliche Veränderungen achten (Tropenkrankheiten, Thrombose [s. 3.5])

3 Reisemedizin

3.1 Allgemein

- ☐ Tropentauglichkeit untersucht?
- ☐ Allergiepass
- ☐ Impfpass
- ☐ Impfungen (Tetanus, Polio, Diphtherie, Gelbfieber, Hepatitis A/B, Typhus). Manche Impfungen sind bei einigen Ländern schon bei Visumantrag notwendig, sonst spätestens 7-10 Tage vor Reisebeginn.
- ☐ kleine Taschenapotheke für Touren mit dem Notwendigsten: Elastische Binde, Mullbinden, sterile Kompressen, Leukoplast, Pflaster, Bodyheater (gut im Biwak gegen kalte Füße), Kopfschmerztabletten, Nasentropfen, Magentropfen, Compeed (gegen Blasen), Schere.

- ☐ Rezepte mitnehmen
- ☐ Untersuchungen, Zahnarzt vor der Reise.

3.2 Medikamente

- ☐ Desinfektionsmittel für Haut (Jod, Sterilium)
- ☐ Desinfektionsmittel für Sachen (Sagrotan, jetzt auch als Tücher)
- ☐ Durchfall (Imodium akut, Kohletabletten)
- ☐ Fiebersenkende/Schmerzlindernde Mittel (Paracetamol, ASS)
- ☐ Insektenabwehr (Autan, Nelkenöl, Mousti Fluoid Lotion, Zanzarin)
- ☐ Juckreiz mildern (Fenestil Gel)
- ☐ Schnupfenmittel
- ☐ Reisekrankheit (Superpepp Kaugummis, Vomex)

- ☐ Salbe für Sonnenbrand, Blasen, leichte Verbrennungen (Fenestil Gel, Bepanthen Roche)
- ☐ wichtige persönliche Medikamente (Allergien, Asthma, Augentropfen, Herzmittel) inkl. Rezepte ins Handgepäck oder in doppelter Menge in mindestens zwei getrennten Gepäckstücken mitnehmen

3.3 Hilfsmittel

- ☐ Brillen, Kontaktlinsen (Ersatzbrillen sind oft gesetzlich vorgeschrieben!)
- ☐ Fieberthermometer (digitales)
- ☐ sterile Pflaster und Bandagen (mit Clips), Tapeband, Sprühpflaster, Kompressen

4 Pflegen & Reinigen

4.1 Pflegen & Schützen

- ☐ After sun, After dush
- ☐ Binden, Tampons
- ☐ Bürste, Kamm
- ☐ Cremes (Haut, Gesicht)
- ☐ Deodorant
- ☐ Haarspray, Gel, Schaumfestiger, Conditioner
- ☐ Lippenpflege (Labello Sun, Med, UV)

- ☐ Sonnenmilch mit geeignetem Schutzfaktor

4.2 Reinigen & Waschen

- ☐ Duschgel
- ☐ Shampoo

4.3 Hilfsmittel

- ☐ Fön, Lockenstab, Lockenwickler
- ☐ Handbürste

- ☐ Nagelfeile
- ☐ Nagelschere
- ☐ Rasierer (trocken/naß), Rasierklingen
- ☐ Waschbeutel/Kulturbeutel (zum hängen)
- ☐ Waschlappen
- ☐ Wattestäbchen (Q-Tips)
- ☐ Zahnbürste, Zahnpasta

5 Bekleidung & Ähnliches

5.1 Normal

- ☐ BH
- ☐ Bluse
- ☐ Gürtel
- ☐ Hemd

- ☐ Hosen, kurz/lang
- ☐ Jacke
- ☐ Mütze, Hut, Kopfbedeckung (Sonnen-, Regenschutz)
- ☐ Pullover
- ☐ Schlafanzug, Pyjama, Nachthemd
- ☐ Schuhe (neue vorher einlaufen)

- ☐ Strümpfe, Socken
- ☐ Sweatshirt
- ☐ T-Shirt
- ☐ Unterhemden, Unterhosen

5.2 Speziell

- ☐ Badeschuhe (Seeigel, Fußpilz)

- ☐ Handschuhe
- ☐ leichte Stoffschuhe die schnell trocknen
- ☐ Mantel
- ☐ Regencap, -jacke, Regenüberhose
- ☐ Sandalen
- ☐ Sportbekleidung

- ☐ Unterhemden, lang (atmungsaktiv)
- ☐ Unterhosen, lang (atmungsaktiv)
- ☐ Wander-, Berg-, Kletterschuhe
- ☐ Weste

5.3 Sonstiges

- ☐ Badetücher, Handtücher
- ☐ Gehstock, Spazierstock
- ☐ Regenschirm
- ☐ Uhr, Armbanduhr

7 Elektronik & Technik

7.1 Allgemein

- ☐ Adapter f. Steckdosen (Isotronic)
- ☐ Akkus/Batterien für alle elektr. Geräte
- ☐ Kassetten, CDs, MDs, Speicherchips
- ☐ Kopfhörer
- ☐ Reisewecker
- ☐ Walkman, Discman, Minidisc, MP3

7.2 Foto & Video

- ☐ Filme (Papier, Dia, Videotapes)
- ☐ Foto-/Videotasche, -koffer, -rucksack
- ☐ Funktionsscheck und Reinigung der Ausrüstung
- ☐ Kartenleser (USB) für Speicherkarten

- ☐ Ladegerät, Netzkabel
- ☐ mobiler Massenspeicher (CD-Brenner/Festplatte)
- ☐ Regenschutz (Gefrierbeutel oder Mülltüten)
- ☐ Reinigungsset (Pinsel, Tücher)
- ☐ Reserveakku
- ☐ Speicherchip für Digitalkamera

7.3 Notebook

- ☐ Disketten, CD-R, USB-Memorystick
- ☐ Externe Geräte (Floppy, CD/DVD, Maus)
- ☐ Notebook (inkl. benötigter Software)
- ☐ Ladegerät, Netzkabel

7.4 PDA (Palm, Power PC)

- ☐ PDA (Palm/Power PC)
- ☐ Akku aufladen, Ladegerät
- ☐ Hotsync/Datensicherung zu Hause durchführen

7.5 Handy (Sparmöglichkeiten)

- ☐ Auslands-Tarifinformationen ausdrucken + mitnehmen: <http://www.focus.de/handy>
- ☐ Funktioniert PrePaid-Karte (D1 Xtra, D2 CallYa etc.) auch im Urlaubsland?
- ☐ Handy
- ☐ Ladegerät
- ☐ Sperrnummern notieren [s. 93.4]

8 Sommer & Strand

8.1 Allgemein

- ☐ Grosses Handtuch, Liegedecke, Laken

- ☐ Kühltasche und Akkus (evtl. mit 12V Anschluss fürs Auto)
- ☐ Schnorchelausrüstung (Brille, Schnorchel, Flossen)
- ☐ Schwimmhilfen (Armflügel, Schwimmreifen)
- ☐ Sonnenbrille mit Etui

- ☐ Sonnenhut, -mütze
- ☐ Sonnenschutz, -schirm inkl. Ständer
- ☐ Strandspiele, Drachen, Frisbee, Federball, Wasserball

9 Winter, Ski & Berge

9.1 Winter & Ski

- ☐ Handschuhe
- ☐ Mütze, Stirnband, Helm
- ☐ Schal
- ☐ Schneeketten
- ☐ Ski, Stöcke, Snowboard

- ☐ Skibrille, Sonnenbrille
- ☐ Skihose, -anzug, -jacke
- ☐ Skisocken
- ☐ Skistiefel, Snowboard Boots
- ☐ Skiunterwäsche
- ☐ Snowboard
- ☐ Sonnencreme (LSF > 10), Lippenchutz
- ☐ Winterreifen montieren

9.2 Berge & Klettern

- ☐ Feuerzeug (Sturm-), Streichhölzer
- ☐ Gebiets-/Bergführer
- ☐ Gletscherbrille
- ☐ Wander-, Berg-, Kletterschuhe

10 Auto

10.1 Vorbereitungen

- ☐ Baustellen auf der Strecke?
- ☐ Inspektion, Wartung, TÜV, ASU
- ☐ Münzgeld für Autobahngebühren
- ☐ Staumeldungen beim ADAC erfragen

10.2 Eigenes Auto

- ☐ Abschleppseil
- ☐ Arbeitshandschuhe (z.B. Radwechsel)
- ☐ Auto-Schutzbrief
- ☐ Automobilclub-Mitgliedskarte

- ☐ Beleuchtung und Blinker checken
- ☐ D-Schild, Autobahn-Vignette (Österreich und Schweiz), Video-Mautkarte
- ☐ Eiskratzer
- ☐ Ersatz-, Reserveschlüssel
- ☐ Fahrzeugschein, Versicherungsunterlagen
- ☐ Grüne Versichertenkarte [s. 2.4]
- ☐ warme Decken/Proviand bei Stau oder Panne
- ☐ Frostschutzmittel für Kühler
- ☐ Kfz-Schein
- ☐ Kindersitz, Sitzkissen, Sonnenschutz für Scheiben
- ☐ Öl, Luft, Wasser (Waschanlage, Kühler)
- ☐ Reiseproviand besonders für Kinder

- ☐ Reservekanister gefüllt
- ☐ Reserverad/Notrad (Luftdruck)
- ☐ Starthilfekabel
- ☐ Straßenkarten, Überblickskarten über Tankstellen, Raststätten
- ☐ Unfallset (Unfallprotokoll in Landessprache, evtl. von Versicherung)
- ☐ Verbandskasten
- ☐ Wagenheber + kleines Brett zum unterlegen
- ☐ Warndreieck
- ☐ Warnweste
- ☐ Werkzeug

15 Sonstiges

15.1 Kleinkram

- ☐ Bücher, Zeitschriften, Rätselhefte
- ☐ Feuerzeug (Sturm-), Streichhölzer
- ☐ Kerzen, Mückenkerzen
- ☐ Klebeband, Befestigungsriemen, Klettband
- ☐ kleines Kopfkissen

- ☐ Moskitonetz (auch für Kopf gegen lästige Biester beim Wandern)
- ☐ Mülltüten
- ☐ Schere
- ☐ Schnüre
- ☐ Taschenlampe, Stirnlampe, Zeltlaternen
- ☐ Taschenmesser mit Flaschen-, Dosenöffner, kleine Säge (Leatherman)

15.2 Hobby & Freizeit

- ☐ Gesellschaftsspiele, Karten, Gameboy
- ☐ Kleinstsportgeräte, die auf jeder Reise fit halten: Springseil, Laufschuhe, Thera-Band
- ☐ Kreuzworträtsel
- ☐ Mal-, Zeichenzeug

16 Transfer

16.1 Allgemein

- ☐ Stadtplan für erste Orientierung nach der Ankunft
- ☐ Verbindungen/Anschlusszeiten aller Reisemittel notieren (Flug, Bahn, Bus, Schiff, ...)

16.2 Hin- und Rückreise

- ☐ Essenswünsche für Flug vorbestellen (Vegetarisch, Schonkost, Diabetiker)
- ☐ Sitzplätze im Flugzeug hin und zurück schon bei Buchung reservieren
- ☐ Transfer Hotel-Abflughafen
- ☐ Transfer von Zielflughafen-zu Hause

- ☐ Transfer von zu Hause-Abflughafen
- ☐ Transfer Zielflughafen-Hotel

16.3 Während der Reise

- ☐ Hotelsafe f. Tickets+Wertsachen
- ☐ Rückflugbestätigung [s. 2.8]

21 Gepäck

21.1 Koffer, Rucksäcke & Taschen

- ☐ Adressanhänger für alle Gepäckstücke mit Firmenadresse (so ist die Wohnung sicherer)
- ☐ Den Koffer nicht zu voll packen, dann laufen eventuelle Kontrollen leichter
- ☐ Gepäck auffällig kennzeichnen
- ☐ Gewichtsbeschränkungen bei Flugreisen (s. Ticket) beachten
- ☐ Rucksack (klein & groß) und Ersatzgurte

- ☐ Schlösser, Kofferriemen und -schlüssel (zum Sichern von Türen und Gepäck)
- ☐ Taschen aus Stoff/Plastik
- ☐ Zahlencodes von Koffern & Taschen [s. 93.4]

21.2 Handgepäck

Bitte informieren Sie sich rechtzeitig bei Ihrer Fluggesellschaft und unter <http://www.reise-checkliste.eu/reiseinfos/zusatzinfos/handgepack.html>

- ☐ (Hals)Bonbons zum Lutschen

- ☐ Gehörschutz (Ohropax)
- ☐ Kaugummi, Reisekrankheit
- ☐ Kopfhörer (von früheren Flügen)
- ☐ leichter Pullover
- ☐ Lektüre
- ☐ Schnupfenspray (Druckausgleich)
- ☐ Wertsachen
- ☐ wichtige persönliche Medikamente (Allergien, Asthma, Augentropfen, Herzmittel) inkl. Rezepte

90 Ganz Wichtig

- ☐ Aktuelle Reiseinformationen (pol. Zustand, Einreisevorschriften, Adresse Deut. Botschaft/Konsulat) [s. 2.1]
- ☐ Decken private Versicherungen (Leben, Kranken) das Reiseland ab? [s. 2.1]
- ☐ Ausweise, Reisepass, Kinderausweis verlängern (noch 6 Monate gültig?) [s. 2.2]
- ☐ Anfahrtsskizze/Wegbeschreibung (zum Hotel, Seminar, Kunden) [s. 2.4]
- ☐ Dokumentenliste [s. 93] ausfüllen, zweimal kopieren (zum Mitnehmen und für Vertrauensperson)
- ☐ Geld/Sorten (neu oder von vergangenen Reisen) [s. 2.4]

- ☐ Grüne Versicherungskarte (für Kfz) [s. 2.4]
- ☐ Infozettel mit Urlaubsanschrift [s. 94]
- ☐ Buchungsunterlagen, Bestätigungen [s. 2.5]
- Flug/Bahntickets für alle Mitreisenden
- Hotelbestätigung
- Mietwagenbestätigung
- Fährüberfahrten bestätigt
- Telefon von Unterkunft/Reiseveranstalter
- ☐ Hausschlüssel hinterlegen [s. 2.7]
- ☐ Allergiepass [s. 3.1]
- ☐ Behindertenausweis [s. 3.1]
- ☐ Impfpass [s. 3.1]
- ☐ wichtige persönliche Medikamente (Allergien, Asthma, Augentropfen, Herzmittel) inkl. Rezepte ins Handgepäck oder in doppelter

- Menge in mindestens zwei getrennten Gepäckstücken mitnehmen
- ☐ EC-Karte (Gültigkeit)
- ☐ Führerschein (international)
- ☐ Geheimnummern (PIN) der EC- und Kreditkarte auswendig lernen
- ☐ gültiges Visum, Einreisekarte
- ☐ Kopien von Tickets/Ausweisen getrennt von den Originalen aufbewahren (Postlagernd, in die Kleidung einarbeiten, im Gepäck mitführen oder online "verstecken")
- ☐ Kreditkarte (Gültigkeit)
- ☐ Wichtige Telefonnummern [s. 91 und 93] im Handy speichern
- ☐ Auslandsrankenversicherung [s. 93.3]