

## Zu Hause regeln

### Einige Wochen vor Abreise

- Identitätskarte / Reisepass auf Gültigkeit prüfen
- Visum beantragen / Einreisemodalitäten des Ferienlandes abklären, Informationen des EDA unter: <http://www.eda.admin.ch>
- evtl. Reiseversicherungen abschliessen (Reiserücktritt-, Gepäckversicherung, etc.)
- Notfallausweis besorgen (mit Name, Adresse, Blutgruppe, Allergien, Überempfindlichkeiten gegen bestimmte Arzneimittel)
- Kopien aller wichtigen Papiere machen
- Verfalldatum der Kreditkarte / EC-Karte prüfen
- Impfausweis überprüfen (Mehr Informationen unter <http://www.safetravel.ch>) und erforderliche Impfungen beachten
- Internationalen Führerausweis beantragen (resp. engl. Übersetzung des CH-Fahrausweises)
- Gepäckstücke checken / kaufen
- Kleider und Ausrüstung kaufen
- Fotoausrüstung kontrollieren / kaufen
- Adresse der Schweizer Botschaft am Ferienort feststellen

### Allgemeines vor Ferienantritt

- Briefkastenleerung veranlassen oder Auftrag Post zurückbehalten
- Haustiere unterbringen oder Versorgung regeln
- Informationen über die Stromspannung am Ferienort einholen
- Zeitung nachsenden/abbestellen
- Blumen giessen regeln
- Wertsachen diebstahlsicher deponieren (Bank/Safe)

### Finanzen

- etwas Geld in Auslandswährung besorgen
- evtl. Reiseschecks besorgen
- Traveller's Checks kaufen
- Sperrnummern notieren
- letzte Rechnungen bezahlen

### Direkt vor der Abreise

- Herd ausschalten
- Fenster schliessen
- Schlüssel und Adresse hinterlassen
- Computer, Fernsehgerät und Stereoanlage vom Strom trennen
- Geräte, die auf Stand-by geschaltet sind, ganz ausschalten
- Wasser abdrehen
- Licht ausschalten

## Mitnehmen

### Allgemeines

- Kartenmaterial
- Steckdosenadapter für die Destination
- Reisewaschmittel
- Ersatzbrille / evtl. Ersatzkontaktlinsen
- Handy / Ladegerät (Bei Auslandsreisen: Informationen einholen, ob es dort funktioniert oder evtl. eine Freischaltung notwendig ist - insbesondere bei Kartenverträgen)
- Taschenmesser (NICHT im Handgepäck\* transportieren)
- Taschenlampe
- Reise- und Sprachführer / Wörterbuch
- Schreibutensilien
- Fotoapparat / Videoausrüstung, Wechselobjektive, Speicherkarten, Filme
- Mobile Harddisk, Akkus, Ladegerät, Reinigungsmaterial
- Stativ
- leichtes Fernglas.
- Geldversteck, z.B. Brustbeutel / Bauchtasche / Geldgürtel
- Sonnenbrille
- Reisewecker
- Kopfhörer für Flugzeug / Bahn
- kleines Werkzeugtool (NICHT im Handgepäck\* transportieren)
- Stadt-/Landkarten
- Adressbuch
- Nähzeug
- Feuerzeug
- Allzwecksäcke.
- Sportgeräte

### Dokumente

- Reisepass, Visum
- Flugtickets
- Fahrkarten o.ä.
- Führerausweis (evtl. internationalen Führerausweis)
- Kinderausweis
- Hotelvoucher (Reservierungsbestätigung)
- Reiseversicherungsunterlagen
- Kopien aller wichtigen Papiere (separat verpacken)

## **Körperpflege**

- Duschgel
- Creme
- Hygieneartikel (Tampons, Binden)
- Nageletui
- Haartrockner
- Deodorant
- Lippenpflege
- Tipp: Alles, was auslaufen kann, in Plastiktüten verpacken.
- Shampoo
- Zahnbürste / Zahnpasta, Zahnseide
- Kamm / Bürste
- Rasierutensilien
- Kontaktlinsen / Reinigungsmittel
- Handtücher
- Taschentücher

## **Unterhaltung**

- Spiele (Spielkarten, Mini-Schach, Frisbee, usw.)
- Gameboy/PSP
- Bücher
- MP3-Player/Discman
- aufladbare Batterien mit Ladegerät

## **Kleider**

- mehrere Hemden/Blusen, T-Shirts, Pullover, Hosen (Shorts nur bedingt), Jupe / Kleid, Unterwäsche, BH, Socken
- Windjacke (mit Kapuze)
- Schuhe: halbhohle oder Trainingsschuhe
- Wanderschuhe, Trekkingschuhe
- Sandalen, Strandschuhe
- Pyjama oder Trainingsanzug
- Badekleid, Bikini, Badehose, Shorts
- Kopfbedeckung (Regen und intensive Sonnenbestrahlung)

## **Was sonst noch dabei sein könnte**

- Reiselektüre
- Feldflasche
- Luftmatratze
- Badetücher / Handtücher
- Taucherbrille / Schnorchel / Flossen
- Mini-Essbesteck
- Schnur, Selbstklebeband
- Tagebuch

## **Gesundheitsvorsorge & Reiseapotheke**

- Durchfallmittel (Kohletabletten)
- Schmerztabletten
- Medikamente gegen Erkältungskrankheiten
- Mittel gegen Reisekrankheit
- Salbe zur Linderung von Insektenstichen, Sonnenbrand, Verstauchungen, Prellungen
- Verbandpäckchen, Mullbinden, Pflaster, elastische Binden
  
- Pinzette, Schere, Sicherheitsnadeln
- Desinfektionsmittel (Merfen)
- Einmalhandschuhe
- Fieberthermometer
- Verhütungsmittel
- Gehörschutz (Ohropax)
- Sonnenschutz
- Insektenschutz
- Auslandsrankenversicherung

## **Auf keinen Fall vergessen**

- Geduld, Respekt, Humor, Ausdauer, Anpassungsfähigkeit und Einfühlungsvermögen

## **\*Handgepäck**

Handgepäck besteht nur aus einem kleinen Gepäckstück, das in die Flugzeugkabine mitgenommen werden kann. Das Gewicht sollte 5 kg nicht überschreiten.

Verboten sind elektrische Geräte und gefährliche Gegenstände, wie z.B. Verteidigungssprays, Messer, Schere, Nagelfeilen, Haarsprays, Gas-Campingkocher. UNBEDINGT die aktuellen Vorschriften beachten.