

Sorglos in den Urlaub starten

Mit unserer Reise-Checkliste



Lieblingsshirt vergessen, Pass abgelaufen, keine Medikamente dabei? Unsere Reise-Checkliste sorgt dafür, dass Sie vor solchen Überraschungen im Urlaub sicher sind. Einfach ausdrucken, abhaken und beruhigt verreisen!

1 Vor Beginn der Reise

Dokumente, Geld und Co.:

- ☐ KKH-Gesundheitskarte
- ☐ Auslandsrankenversicherung
- ☐ Anspruchsausweis für Türkei, Bosnien-Herzegowina oder Tunesien (stellen wir Ihnen gern aus)
- ☐ Reiserücktrittsversicherung
- ☐ Personalausweis und Reisepass (mind. noch 6 Monate gültig)
- ☐ Visum
- ☐ Flugtickets und/oder Zugfahrkarten
- ☐ Voucher (Unterkunft, Mietwagen, Fähre etc.)
- ☐ Bargeld/Kreditkarte/EC-Karte
- ☐ Impfpass, Allergie-, Notfallausweis mit Blutgruppe
- ☐ Sportausweise (Tauch-, Bootsführer- oder Segelschein etc.)
- ☐ Reise-/Hotelführer, Wanderkarten
- ☐ Wörterbuch in Landessprache
- ☐ Regelung Wohnungsbetreuung

Mit dem Auto:

- ☐ Auto startklar machen (laden bzw. tanken, Lichtcheck, Motoröl und Batterie kontrollieren)
- ☐ Navigationsgerät
- ☐ Kindersitz
- ☐ Auto-Sonnenschutz
- ☐ Vignette/Mautkarte
- ☐ Schutzbrief
- ☐ Papiere (Führerschein, Versichertenkarte und Fahrzeugpapiere)
- ☐ Ersatzschlüssel

Mit dem Flugzeug:

- ☐ Bordkarten/Flugtickets
- ☐ Ggf. Zugfahrkarten/Parkplatz buchen
- ☐ Je nach Urlaubsland: Personalausweis, Reisepass und/oder Visum
- ☐ Handgepäckbestimmungen prüfen (Größe, Gewicht, Flüssigkeiten, etc.)
- ☐ Gepäckanhänger mit Adresse
- ☐ Halstuch/Nackenrolle/Kissen

Sonstiges:

- ☐ Mobilfunknetz im Ausland und Roaminggebühren checken
- ☐ Wichtige Rechnungen bezahlen
- ☐ Haustierbetreuung regeln oder Einfuhrbestimmungen für Haustiere prüfen
- ☐ Wohnungsbetreuung regeln
- ☐ Transfer zum Bahnhof und/oder Flughafen organisieren
- ☐ Ggf. Post umleiten bzw. weitere Abos abbestellen



2 Koffer packen

Kleidung:

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> T-Shirts/Hemden/Blusen | <input type="checkbox"/> Hosen kurz/lang |
| <input type="checkbox"/> Unterwäsche | <input type="checkbox"/> Kleider/Röcke |
| <input type="checkbox"/> Pullover/Strickjacke | <input type="checkbox"/> Jogginghose |
| <input type="checkbox"/> Schlafanzug/Nachthemd | <input type="checkbox"/> Sportkleidung |
| <input type="checkbox"/> Regenschutz | |
| <input type="checkbox"/> Abendkleidung | |
| <input type="checkbox"/> Kopfbedeckung | |
| <input type="checkbox"/> Schal, Tuch | |
| <input type="checkbox"/> Gürtel | |
| <input type="checkbox"/> Schuhe, Wanderschuhe,
Turnschuhe, Sandalen | |
| <input type="checkbox"/> Socken/Strümpfe/ Strumpfhosen | |

Körperpflege:

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Seife/Duschgel/Deo | <input type="checkbox"/> Shampoo/Spülung |
| <input type="checkbox"/> Bodylotion/Handcreme | <input type="checkbox"/> Zahnbürste |
| <input type="checkbox"/> Handtuch/Waschlappen | <input type="checkbox"/> Lippenschutz |
| <input type="checkbox"/> Zahnpasta/Mundwasser | <input type="checkbox"/> Nagelschere |
| <input type="checkbox"/> Haargel/Haarspray | |
| <input type="checkbox"/> Rasierer | |
| <input type="checkbox"/> Wattestäbchen | |
| <input type="checkbox"/> Spiegel | |
| <input type="checkbox"/> Schminkutensilien | |
| <input type="checkbox"/> Tampons/Binden | |
| <input type="checkbox"/> Kontaktlinsen, -mittel | |
| <input type="checkbox"/> Parfüm | |
| <input type="checkbox"/> Haarbürste, Kamm,
Haargummi | |

Strand und Pool:

- ☐ Bikini, Badeanzug/-hose
- ☐ Badeschuhe
- ☐ Bade-/Strandtuch
- ☐ Luftmatratze
- ☐ Sonnenhut
- ☐ Kühlbox
- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Sonnenschirm/Strandmuschel
- ☐ Taucherbrille, Schnorchel, Flossen
- ☐ Frisbee, Ball, Strandspielzeug

Reiseapotheke:

- ☐ Eigene Medikamente
- ☐ Erkältungsmittel
- ☐ Schmerztabletten/Kopfschmerzmittel
- ☐ Durchfall-/Übelkeitstabletten
- ☐ Empfängnisverhütungsmittel, Kondome
- ☐ Allergietabletten
- ☐ Augen- und Nasentropfen
- ☐ Wundsalbe
- ☐ Pflaster, Verbandsmaterial
- ☐ Desinfektionsspray
- ☐ Gehörschutz
- ☐ Fieberthermometer/Fiebermedikamente
- ☐ Sonnenschutzmittel, After-Sun-Lotion
- ☐ Insektenschutz

Technik und Verschiedenes:

- ☐ Smartphone/Tablet/Laptop
- ☐ Kopfhörer
- ☐ Ladekabel
- ☐ Powerbank
- ☐ Musik/MP3-Player
- ☐ Kamera
- ☐ Taschenlampe
- ☐ Fön
- ☐ Steckdosenadapter

Baby oder Kind:

- ☐ Buggy/Kinderwagen
- ☐ Tragetuch
- ☐ Babynahrung/Flasche
- ☐ Lätzchen
- ☐ Windeln/Wickeltasche
- ☐ Feuchttücher
- ☐ Kuscheltier/Spielsachen
- ☐ Schnuller
- ☐ Babyphone
- ☐ Reisebett
- ☐ Töpfchen
- ☐ Medikamente (siehe Reiseapotheke)



3 Handgepäck

- ☐ Ausweis/Reisepass
- ☐ Bargeld (Euro/Landeswährung)
- ☐ EC-/Kreditkarte
- ☐ Reiseproviant, Kaugummi/Bonbons
- ☐ Haustür- und Autoschlüssel
- ☐ Smartphone, Powerbank, Kopfhörer
- ☐ Notfalltelefon-/Kontaktnummern
- ☐ Nackenkissen
- ☐ Brille/Sonnenbrille
- ☐ Wichtige Medikamente/Desinfektionsmittel
- ☐ Lektüre (Bücher, Zeitschriften, Reiseführer)
- ☐ Reisespiele

4 Am Tag der Abreise

- ☐ Netzstecker ziehen
- ☐ Heizung, Herd und Elektrogeräte ausschalten
- ☐ Wasser abdrehen
- ☐ Licht ausschalten
- ☐ Fenster und Türen schließen
- ☐ Rollos, Rollläden, Vorhänge und Gardinen oben beziehungsweise geöffnet lassen
- ☐ Kühlschrank und Mülleimer leeren
- ☐ Urlaubsadresse und Mobilnummer hinterlegen
- ☐ Wohnungs-Ersatzschlüssel an Wohnungsbetreuung geben

5 Was Sie sonst noch brauchen oder erledigen müssen:

KKH Kaufmännische Krankenkasse

Karl-Wiechert-Allee 61, 30625 Hannover, kkh.de