



Checkliste Packliste

Unser Tipp: Schützen Sie Ihr Zuhause und Ihre Privatsphäre. Geben Sie auf dem Gepäckschild die Adresse der ReiseMission oder Ihrer Arbeitsstätte an.

REISEAPOTHEKE

Sprechen Sie sich bitte bei Bedarf mit Ihrem Hausarzt ab oder holen Sie sich Rat in der Apotheke Ihres Vertrauens. Hilfreiche Tipps finden Sie zudem unter <https://tropeninstitut.de/reiseapotheke>

Nr.	Beschreibung	Vermerk	In Arbeit	Erledigt
1.	Ihre täglichen Medikamente inkl. Rezept		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Wunddesinfektionsmittel		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Wundpflaster ggf. inkl. Schere		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Arzneimittel gegen Reisekrankheit		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Arzneimittel gegen Durchfall		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Arzneimittel gegen Fieber		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Schmerzmittel		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Erkältungsmittel		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Insektenabwehr		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Sonnenschutz		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Pflege nach Sonnenbrand		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



HANDGEPÄCK				
Nr.	Beschreibung	Vermerk	In Arbeit	Erledigt
1.	Reisepass		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Personalausweis		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Bargeld Denken Sie an Kleingeld für die Trinkgelder.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	EC-Karte bzw. Kreditkarte		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Zweitvorrat an Medikamenten		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Liste evtl. Unverträglichkeiten		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Versicherungsscheine		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Flugticket		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Regenschirm bzw. Regenkleidung		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.	Kopf- bzw. Schulterbedeckung		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.	Handy im geladenen Zustand		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.	Ladegerät fürs Handy		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.	Wichtige Tel. Nummern/Adressen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.	Fotoapparat inkl. Akku/Batterien, Chip und/ oder neue Filme		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.	Ersatzbrille bzw. Kontaktlinsen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.	Sonnenbrille		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.	Reiseverlauf		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.	Optional Reiseliteratur		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.	Taschentücher		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.	Desinfektion für unterwegs		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



KOSMETIKBEUTEL

Unser Tipp: Vorausgesetzt Sie brauchen keine individuelle Kosmetik, können Sie das Gewicht Ihres Reisegepäcks reduzieren. Die Hotels stellen Duschgel, Handseife, Handtücher und Fön zur Verfügung.

Nr.	Beschreibung	Vermerk	In Arbeit	Erledigt
1.	Zahnbürste		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Zahnpasta		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Shampoo und Haarpflege		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Gesichtspflege		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Duschgel und Körperpflege		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Fön		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Handtuch		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Kosmetiktücher		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Taschentücher		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



BEKLEIDUNG / SONSTIGES

Erkundigen Sie sich über zu erwartende Tages- und Nachttemperaturen zum Zeitpunkt der Reise. Sind Wanderungen, Treffen, Kirchenbesuche oder kulturelle Veranstaltungen im Reiseverlauf geplant?! Denken Sie an zum Anlass passende Kleidung inkl. Schuhwerk. Sprechen Sie mit Ihrer Reisegruppe darüber.

Nr.	Beschreibung	Vermerk	In Arbeit	Erledigt
1.	Ersatzschuhe/Laufschuhe/wasserfestes Schuhwerk etc. Ggf. rutschfeste Wanderschuhe Unsere Empfehlung: Damit Sie sich wohl fühlen, tragen Sie nur bequeme Schuhe. Planen Sie für die Reise einen Neukauf, laufen Sie die Schuhe rechtzeitig ein.		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.	Pflegeleichte Oberteile (Blusen, Hemden, T-Shirts, Pullover)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.	Strapazierfähige Unterteile (Hosen, Röcke)		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.	Formelle bzw. festliche Kleidung für Begegnungen, Gottesdienst, Kulturprogramm		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.	Unterwäsche		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.	Schlafanzug		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7.	Kopfbedeckung / Handschuhe / Schal		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8.	Socken /Strümpfe		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9.	Badesachen		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>