

Reiseunterlagen und Finanzen:

- Personalausweis oder Reisepass
- Führerschein (falls vor Ort benötigt)
- Visum (sofern erforderlich)
- Krankenversicherungskarte
ggf. Nachweis über Auslandskrankenversicherung
- EC- und Kreditkarte
plus Telefonnummer, um die Karte im Notfall zu sperren
- Zug-, Flug- oder Bahntickets
- Unterlagen zur Unterkunft und ggf. Mietwagen
- Impfausweis ggf. eine Kopie davon
- Handy mit digitalen Tickets und ggf. Nachweis über den Corona-Impfstatus
- evtl. ausgedruckte Einreiseanmeldung oder QR-Code
ggf. in einigen Ländern wegen Corona-Bestimmungen o. Ä. erforderlich

Kleidung und Schuhe:

- pro Tag frische Unterwäsche und ggf. Socken, falls keine Sandalen barfuß getragen werden
- Tops und T-Shirts, in warmen Gegenden für jeden Tag eines
die Zahl lässt sich reduzieren durch eine Waschmaschine vor Ort oder regelmäßige Handwäsche
- zwei lange und drei kurze Hosen oder Kleider pro Woche
- Badebekleidung
- ein bis zwei warme Pullover/Fleece-Jacken für kühle Abende
- wind- und regendichte Jacke
- Sonnenhut, Baseballkappe oder Ähnliches
- Sandalen und ggf. Flip-Flops für den Strand
- bequeme Schuhe, zum Beispiel Sneakers
- Sonnenbrille
- evtl. Sportbekleidung inklusive Schuhe
- ggf. Wanderschuhe
- ein Outfit, falls Sie sich mal besonders schick machen wollen

Hygieneartikel:

- Sonnencreme mit mindestens Lichtschutzfaktor 30
evtl. wasserfest und After-Sun-Creme
- Shampoo
- Duschgel
- Deo
- Zahnbürste und Zahnpasta, Zahnseide oder Interdentalbürsten
- Hautcreme
- Rasierer und Rasiercreme
- Binden, Tampons oder Menstruationstasse
- Bürste oder Kamm
evtl. Haarbänder
- Utensilien für die Gesichtereinigung und ggf. zum Schminken
- ggf. Brille, Kontaktlinsen und Kontaktlinsenflüssigkeit
- Verhütungsmittel
- evtl. Parfüm oder Aftershave
- für Lärmempfindliche: Ohrstöpsel

Medikamente und Utensilien für Erste Hilfe:

- persönliche Medikamente
- FFP2-Masken
- Mittel gegen Reiseübelkeit, Durchfall, Kopfschmerzen und Fieber
- Wund-Desinfektionsspray
- Pflaster/Blasenpflaster
- Mückenschutz und Salbe gegen Juckreiz
- Pinzette, ggf. Zeckenpinzette

Für Babys:

- lange und kurze Bodys
mindestens ein Body pro Tag
- Söckchen für jeden Tag
- Jäckchen und Mütze für kühlere Tage
- leichter Schlafsack
- Windeln
- Wickelunterlage

Für Ausflüge & Co. im Urlaub:

- **Tagesrucksack**
- **Wasser-Trinkflasche und To-go-Kaffeebecher**
- **Brotbox, Göffel**
wiederverwendbares Besteck, eine Mischung aus Gabel und Löffel
- **Ladekabel für Smartphone**
und evtl. Tablet
- **Powerbank für das Laden unterwegs**
- **Kopfhörer**

