

Checkliste Urlaub

1. Dokumente Gesundheit: (Original + Kopie)
 - Krankengeschichte (Diahnosen) z.B. KHK, Diabetes mellitus, Asthma brochiale usw.
 - Medikamentenplan (Alle aktuellen Medikamente und Medikamentenunverträglichkeiten)
 - Ggf. Marcumar Pass, Schrittmacher Pass, Allergie Ausweis usw.
 - Impfausweis
 - Blutgruppe

2. Reiseunterlagen (Original + Kopie)
 - Reisepass
 - Personalausweis
 - Führerschein
 - Visapapiere
 - Flugtickets (E-ticket)
 - Reiseunterlagen (z.B. Pauschalreisen; Voucherheft)
 - Ggf. Zugticket

3. Wichtige Adressen
 - Anschrift von den Hotels/ Unterkünften auf der Reise
 - Heimatanschrift der Reisenden
 - Anschrift der bevollmächtigten Person (siehe Text)
 - Botschaft
 - Auswertigesam
 - Polizeidienststelle Heimatstadt
 - Reiseveranstalter
 - Auslandskrankenversicherung + Telefon Nummer

4. Reiseapotheke
 - Schmerzmedikamente: (Ibuprofen, Paracetamol, Novalgin, Aspirin)
 - Medikamente gegen Übelkeit: (MCP, Zofran, Vomex)
 - Medikamente bei Erbrechen: (MCP, Zofran, Vomex)
 - Medikamente bei Durchfall: (Loperamid, Aplona)
 - Elektrolyte, Vitamine: (Ma+, Ca+, Vitamin Komplex)
 - Medikamente bei Allergien: (Tavegil)
 - Sodbrennen: (Riopan Magengel)
 - Weitere Medikamente: --> Alle allg. benötigten Medikamente wie z.B. Asthma Spray, Herzmedikamente etc.

5. Zahlungsmittel
 - Bargeld
 - Travellerchecks
 - Kreditkarten (Empfehlung min. Zwei)
 - EC Karte

6. Auslandskrankenversicherung

- Versichertenkarte
- Versicherungsunterlagen
- Ansprechpartner mit Adresse und Telefonnummer

7. Was ist vor der Reise noch zu regeln?

- Wer gießt die Blumen?
- Müllabfuhr?
- Auto sicher unterstellen
- Post (Briefkasten Schlüssel); ggf. wichtige Post nachschicken lassen?!
- Wer sollte vor Reiseantritt über Abwesenheit informiert werden?
- Ggf. abbestellen von Zeitungen
- Stromversorgung zu Hause ausschalten
- Versorgung von Haustieren gesichert?
- Ist bei der Airline ggf. ein anderes Essen zu bestellen, wegen Allergien?
- Letzter Check der Reiseunterlagen
- Muss noch etwas für die Reise gekauft werden?

8. Zusammenfassung

- Möglichst alles in englischer Sprache übersetzen z.B. Medikamente, Diagnosen etc.
- Möglichst alle Originale auch als Kopie dabei haben
- Originale und Kopien an zwei unterschiedlichen Orten aufbewahren z.B. Hotelsafe oder Schließfächer (Airport, Bahnhöfe etc.)
- Ggf. ist bereits bei der Golden Kreditkarte eine Auslandsreiseversicherung inklusive
- Fotos oder Seriennummern von Handy's, Cameras, Laptops dokumentieren, hilft bei der Suche
- Tragt die wichtigsten Dinge wie Krankengeschichte, Medikamentenplan bei euch, ebenfalls Vollmacht für die eingesetzte Vertrauensperson