

URLAUB CHECKLISTE

Packliste zum Ausdrucken & Abhaken

Reise vorbereiten, Koffer packen, nichts vergessen. Die kompakte Karrierebibel-Checkliste für Urlaub, Flugreise, Ferienwohnung und Reisen mit Kindern.

1. Urlaub vorbereiten

4-8 Wochen vorher

- ☐ Personalausweis / Reisepass auf Gültigkeit prüfen
- ☐ Reise- und Sicherheitshinweise kontrollieren
- ☐ Auslandsrankenversicherung prüfen
- ☐ Führerschein / Fahrzeugpapiere prüfen
- ☐ Einreisebestimmungen und ggf. Visum prüfen
- ☐ Impf- und Gesundheitshinweise klären
- ☐ Zahlungskarten auf Gültigkeit prüfen
- ☐ Haustier- oder Hausbetreuung organisieren

1-2 Wochen vorher

- ☐ Wetter am Zielort prüfen
- ☐ Reiseapotheke zusammenstellen
- ☐ Roaming / eSIM prüfen
- ☐ Notfallkontakte speichern
- ☐ Tickets und Buchungen offline speichern
- ☐ Transfer / Parkplatz organisieren
- ☐ Wichtige Dokumente digital sichern
- ☐ Packliste an Reiseziel anpassen

Letzter Arbeitstag

- ☐ Offene dringende Aufgaben abschließen
- ☐ Vertretung informieren
- ☐ Dokumente / nötige Zugänge bereitstellen
- ☐ Urlaubsübergabe fertigstellen
- ☐ Deadlines und Ansprechpartner übergeben
- ☐ Abwesenheitsnotiz aktivieren

Am Abreisetag

- ☐ Fenster und Türen schließen
- ☐ Verderbliche Lebensmittel entsorgen
- ☐ Heizung / Klimatisierung anpassen
- ☐ Schlüssel bei Vertrauensperson?
- ☐ Müll hinausbringen
- ☐ Nicht benötigte Geräte ausschalten
- ☐ Pflanzen / Haustiere versorgt?
- ☐ Handy laden, Tickets griffbereit?

Wichtig: Einreise-, Gesundheits- und Gepäckregeln können sich ändern. Prüfen Sie vor der Reise immer die aktuellen Vorgaben für Ihr Ziel und Ihre Fluggesellschaft.

2. Große Packliste Urlaub

Dokumente & Geld

- ☐ Personalausweis / Reisepass
- ☐ Führerschein / Fahrzeugpapiere
- ☐ Auslandskrankenversicherung
- ☐ Kredit- / Debitkarte
- ☐ Notfallnummern
- ☐ Visum / Einreisegenehmigung
- ☐ Krankenversicherungskarte
- ☐ Tickets / Buchungsbestätigungen
- ☐ Bargeld
- ☐ Digitale Dokumentkopien

Kleidung

- ☐ Unterwäsche
- ☐ T-Shirts / Tops
- ☐ Hosen / Röcke / Kleider
- ☐ Jacke / Regenschutz
- ☐ Bequeme Schuhe
- ☐ Badekleidung
- ☐ Socken
- ☐ Hemden / Blusen
- ☐ Pullover / Strickjacke
- ☐ Schlafkleidung
- ☐ Sport- / Wanderschuhe
- ☐ Sonnenhut / Kappe

Hygiene & Pflege

- ☐ Zahnbürste / Zahnpasta
- ☐ Duschgel / Shampoo
- ☐ Rasierer
- ☐ Sonnencreme
- ☐ Brille / Kontaktlinsen
- ☐ Deo
- ☐ Bürste / Kamm
- ☐ Kosmetik / Pflege
- ☐ After-Sun
- ☐ Persönliche Hygieneartikel

Technik

- ☐ Smartphone
- ☐ Powerbank
- ☐ Steckdosenadapter
- ☐ Tablet / E-Reader
- ☐ Ladekabel
- ☐ Kopfhörer
- ☐ Kamera / Speicherkarte
- ☐ Laptop bei Bedarf

Reiseapotheke

- ☐ Persönliche Medikamente
- ☐ Wunddesinfektion
- ☐ Individuelle Reisemedikamente
- ☐ Sonnenschutz
- ☐ Pflaster / Verband
- ☐ Schmerz- / Fiebermittel
- ☐ Insektenschutz
- ☐ Fieberthermometer bei Bedarf

Freizeit & Sonstiges

- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Spiele
- ☐ Tagesrucksack
- ☐ Sportausrüstung
- ☐ Buch / E-Reader
- ☐ Trinkflasche
- ☐ Wäschebeutel
- ☐ Taschenlampe bei Bedarf

3-Fragen-Packprobe: Brauche ich es wirklich? Kann ich es mehrfach verwenden? Kann ich es notfalls einfach vor Ort bekommen?

3. Flugreise & Handgepäck

- | | |
|---|--|
| ☐ Reisepass / Ausweis | ☐ Tickets / Buchungsunterlagen |
| ☐ Geld / Zahlungskarten | ☐ Benötigte Medikamente |
| ☐ Smartphone / Ladekabel | ☐ Powerbank nach Airline-Regeln |
| ☐ Laptop / Tablet | ☐ Kopfhörer |
| ☐ Brille / Kontaktlinsen | ☐ Kleine Hygieneartikel |
| ☐ Ersatzkleidung | ☐ Nackenkissen / Schlafmaske |

Fernreise & Jetlag: Schlaf- und Essenszeiten nach der Ankunft möglichst an die Ortszeit anpassen, Tageslicht nutzen und bei großer Zeitverschiebung etwas Erholung für die ersten Tage einplanen.

4. Sommerurlaub - zusätzlich einpacken

- | | |
|---|---|
| ☐ Badeanzug / Bikini / Badehose | ☐ Strand- / Badetuch |
| ☐ Badeschuhe / Flipflops | ☐ Sonnencreme |
| ☐ Sonnenbrille | ☐ Sonnenhut / Kappe |
| ☐ After-Sun | ☐ Leichte Kleidung |
| ☐ Leichter Pullover / Jacke | ☐ Trinkflasche |
| ☐ Strandtasche | ☐ Insektenschutz |
| ☐ Schnorchel- / Strandausrüstung | |

5. Urlaub mit Kindern & Baby

- | | |
|---|---|
| ☐ Babynahrung / Snacks | ☐ Fläschchen / Trinkbecher |
| ☐ Lätzchen | ☐ Windeln |
| ☐ Feuchte Tücher | ☐ Wickelunterlage |
| ☐ Kindgerechter Sonnenschutz | ☐ Sonnenhut |
| ☐ UV-Schutzkleidung | ☐ Badekleidung |
| ☐ Schwimmhilfe | ☐ Schnuller |
| ☐ Kuscheltier / Kuscheldecke | ☐ Lieblingsspielzeug |
| ☐ Bücher / Malsachen | ☐ Nachtlicht |
| ☐ Buggy / Kinderwagen | ☐ Reisebett / Schlafsack falls nötig |

6. Ferienwohnung & Ferienhaus

Vorher prüfen: Was ist bereits vorhanden? Bettwäsche, Handtücher, Fön, Waschmaschine, Kaffeemaschine, Kinderbett oder Hochstuhl müssen Sie nicht mitnehmen, wenn die Unterkunft sie stellt.

Küche & Haushalt

- | | |
|---|--|
| ☐ Geschirrtücher | ☐ Spülmittel / Tabs |
| ☐ Schwamm / Spüllappen | ☐ Müllbeutel |
| ☐ Küchenrolle | ☐ Waschmittel bei Bedarf |
| ☐ Vorratsdosen | ☐ Mehrfachstecker / Adapter |

Grundausstattung Lebensmittel

- | | |
|--|---|
| ☐ Kaffee / Tee | ☐ Salz / Gewürze |
| ☐ Öl / Essig | ☐ Zucker |
| ☐ Frühstück für den ersten Morgen | ☐ Getränke für die Ankunft |

Zusätzlich

- | | |
|---|---|
| ☐ Bettwäsche falls nötig | ☐ Hand- / Badetücher falls nötig |
| ☐ Fön falls nötig | ☐ Taschenlampe |
| ☐ Gesellschaftsspiele | ☐ Strand- / Sportausrüstung |

7. Koffer clever packen

- | | |
|---|---|
| 1 | Erst auslegen
Alles sichtbar auf Bett oder Boden legen und Unnötiges aussortieren. |
| 2 | Kombinieren
Kleidung wählen, die sich mehrfach miteinander kombinieren lässt. |
| 3 | Rollen
Unempfindliche Kleidung kompakt rollen; Knitterteile nach oben. |
| 4 | Hohlräume nutzen
Socken und Kleinteile in Schuhe und freie Zwischenräume packen. |
| 5 | Schweres nach unten
Bei Rollkoffern schwere Dinge in die Nähe der Rollen legen. |
| 6 | Schweres anziehen
Sperrige Schuhe, Jacken oder Pullover auf der Reise tragen. |
| 7 | Reserve lassen
Nicht randvoll packen - Platz für Schmutzwäsche und Souvenirs lassen. |

5-4-3-2-1-Regel: Als Orientierung für kurze Reisen: 5 Oberteile, 4 Unterteile, 3 Paar Schuhe, 2 Accessoires, 1 Jacke - plus Unterwäsche, Socken, Schlaf- und Badekleidung.

Eigene Ergänzungen

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| ☐ _____ | ☐ _____ |
| ☐ _____ | ☐ _____ |
| ☐ _____ | ☐ _____ |
| ☐ _____ | ☐ _____ |
| ☐ _____ | ☐ _____ |
| ☐ _____ | ☐ _____ |