

Die **CHECK**-Liste
Für einen unbeschwerten Urlaub



- Reguläre Medikamente
- Sonnencreme
- Nasenspray
- Schmerzmittel
- Fieberthermometer
- Insektenschutz
- Mittel gegen Insektenstiche
- Mittel gegen Übelkeit
- Mittel gegen Allergien
- Mittel gegen Durchfall
- Hustensaft
- Hautdesinfektion
- Impfpass
- Erste-Hilfe-Set
- _____
- _____
- _____
- _____



Wichtige Kontaktdaten

Notrufnummer des Urlaubsziels:

Tel. Auslandskrankenversicherung:

Tel. Hausarzt:
