

Backpack – für Flug mit Packsack

Pijama-TShirt

T-Shirts (min. 1 pro Tag)

Socken (2-6, je nach Destination)

Unterwäsche (pro Tag), Unterhemden (2–8 je nach Destination), BH's (1.2 pro Woche)

Leichte Hose (1), Leggins (1)

Jäckli (1 . 2 je nach Destination)

Reise-Pläne, Infos

Stativ!

Bohnsackstativ (bei allfälligem Transferaufenthalt ins Handgepäck)

Birkenstöcke oder Sneaker (je nach Destination)

Hut (Aussihut, Dächlikäppi) – falls nicht im Handgepäck

Kleines Wuschelfrottiertuch

Evtl. Stadtrucksäckli leicht

Regenhülle Rucksack

Je nach Destination: Sterile Spritzen, Kanülen

Badesack:

Bikinioberteil

schwarze Badeshorts

kleines rundes Badetüchlein

Sonnencreme

Monika-Säckli 1 – Pflege- und Schminksäckli:

Schminksäckli: Mascara, Lippenstift, Lippenstift 2, Brauenstift, Mascara-Fixation, Spiegeli

Cremensäckli: La Mer Cremli (pro Woche 3 Stück)

Diversesäckli: Zahnpasta, Zahnbürsteli, kleine Einwegwaschtüchli, Haargummis, Haarklammern

Haarbürste

Monika-Säckli 2 – Duschsäckli:

Duschsäckli: Shampoo, Weichspühler, Deo

Box 1:

Fernauslöser

Ersatzspeicherkarten

Filterset 100 mit Halterung

Nikon Ladegerät

Kleine Stirnlampe

Fotografie-Spicks

Reinigungs-Set

Weltstecker

Mehrfachstecker

(Stecker mit USB, USB-Stecker u.a. Natel)

Säckli mit Sandbehälterli mit passenden Klebeetiketten

Schreibzeug, Blöckli, Gummelis, Karabiner, Schnur

Handgepäck Daypack

Nikon Ersatzakkus → HANDGEPÄCK!!!

Nikon Kamera

Nikon Objektiv/e evtl. Z-Adapter

Bohnsackstativ

Mütze, Hut, Kopfbedeckung

Flugsäcklein (gleichzeitig Medisäcklein):

Aspirin Cardio, Dormiplant (10), Immodium (4), Aspirin Complex, Mebucaine, Augentröpfli, Blasenpflaster Pflästerli, kleiner Verband, (ev. Mückenschutz)

Nahrungsmittelergänzungen

Je nach Destination: Prophylaxe, spezielle Reisemedizin

Lesebrille, Ersatzlinsen (3x2), Kugelschreiber, kleines Reise-Deo, kleines Cremli, Lippenstift, Lippenstift 2

Haarbürste, Haargummi, Stützstrumpfhosen, evtl. Socken

Nasenspray K, Nasenspray E, Ohrenstöpsel

Bauchtasche:

Bargeld

Pass

EC-Karte, Mastercard, Maestro (freischalten lassen), Swiss-Pass

Evtl. Smart-Rider-Card (Octopus, Opal, goCard usw.)

Evtl. SwissPass für Zugfahrt zum Flughafen

E-Tickets (für Rückflug auch) – Boardingpässe

Reservierungen

Infos für den Ankunftstag

Natel (aufgeladen)

Je nach Destination: Impfbescheinigungen, Impfschein, Visa usw.

Sonnenbrille

Kleines Sonnencremli, kleines Kämmli, Lippenstift, Nasenspray K

Anziehen

T-Shirt

Fleece oder anderer Pulli / Jacke

Daunenjacke (zum klein Verpacken und reinstopfen)

Cargoshose

Wanderschuhe oder Sneaker (je nach Destination)

Erledigen

Visa beantragen

Ev. Impfungen – Reisemedizin - Tropeninstitut

Sensorreinigung Kamera

Int. Führerausweis(e) erstellen lassen

Reisekrankenversicherung i.O.?

Cembra Money Bank Informieren

EC-Karte freischalten lassen

Fremdwährungen organisieren

Alle Akkus aufladen, Speicherkarten leeren

Alle wichtigen Infos auf Cloud (offline verfügbar)

Ausweise / Tickets / Buchungen auf Cloud (offline verfügbar)

Wichtige Adressen auf Natel speichern

Wichtige und hilfreiche Apps (Toilettenplan, ÖV usw.)

Post organisieren / Briefkastenschlüssel

Pflanzen organisieren

Katzen organisieren

Anweisungen daheim anbringen

Aspirin Cardio (2-3 Tage vorher)