



Checkliste für deinen Auslandsaufenthalt

- **Reisedokumente und Informationen:**

- Gültigkeit des Reisepasses bzw. Ausweis überprüfen
- Beim Konsulat des Gastlandes regelmäßig über die aktuellen Einreisebestimmungen informieren (diese können sich jederzeit ändern)

- **Finanzen:**

- Bankkonto für internationale Transaktionen einrichten
- Kreditkartenunternehmen informieren und gegebenenfalls Kreditkarte für das Zielland aktivieren oder beantragen
- Bargeld in Landeswährung abheben (falls kein Euro)

- **Gesundheitsvorsorge:**

- **Lebensnotwendige Medikamente bzw. Rezepte nicht vergessen!** (Insulin, Herztabletten etc.)
- Medikamente für häufige Beschwerden mitnehmen (z.B., Kopfschmerztabletten, fiebersenkende Medikamente)
- Kopien von wichtigen medizinischen Unterlagen (z.B., Impfausweis, Allergien, Medikamentenpläne) mitnehmen
- Kopien wichtiger Dokumente (Reisepass, Versicherung) anfertigen
- Kontaktdaten von Ärzten und Krankenhäusern im Zielland recherchieren
- Notrufnummern im Zielland notieren und im Telefon speichern

- **Auslandsversicherung:**

- Auslandskrankenversicherung bei deiner Krankenkasse abschließen oder bestehende Versicherung überprüfen

- **Arbeitskleidung:**

- Informiere dich über den Dresscode am Arbeitsplatz und packe entsprechende Kleidung ein

- **Arbeitsgenehmigung:**

- Falls erforderlich, sicherstellen, dass du die notwendige Arbeitserlaubnis hast

- **Technische Vorbereitung:**

- Roaming- und Datentarife prüfen
- Internationale Steckdosenadapter mitnehmen