

Die Mama-Urlaubs-Checkliste

für den perfekt gepackten Urlaubskoffer

- Kosmetik, Hygiene & Haushalt
- Für den Reiseweg
- Reiseapotheke
- Kleidung
- Notizen



Wichtige Reiseunterlagen:

- Personalausweis
- Reisepass (je nach Land)
- Krankenversicherungskarte
- Impfpass
- Autopapiere & Tickets



Die Mama-Urlaubs-Checkliste

für den perfekt gepackten Urlaubskoffer

Kosmetik, Hygiene & Haushalt:

- Nagelschere, Pinzette & Nagelknipser
- Rasierer & Rasierschaum (-gel)
- Haarbürste, Kamm
- Handtücher, Waschlappen
- Sonnen- & After-Sun-Creme
- Deodorant & Parfüm
- Zahnbürste, Zahnpasta, Zahnseide
- Schmink-, Make-Up & Abschmink-Utensilien
- Gesichts-, Hautpflegeprodukte
- Menstruationsutensilien & Slipeinlagen
- Spültuch, Trockentuch, Spülmittel, Waschmittel
- Wäscheklammern, Waschmittel
- große Wäschesäcke (um Schmutzkleidung vorzusortieren)

Für den Reiseweg:

- Snacks und Getränke
- Körperpflege- & Hygieneprodukte in Reisegröße
- Bücher, Zeitschriften & (Karten-) Spiele
- Smartphone, Tablet, Kopfhörer
- passende Ladegeräte & Powerbank
- Smartphone, Tablet
- Nackenkissen & Schlafmaske



Die Mama-Urlaubs-Checkliste

für den perfekt gepackten Urlaubskoffer

Reiseapotheke:

- Fieberthermometer
- Pflaster & Verbandsmittel
- Fiebersenkende Mittel
- Nasenspray
- Mittelchen gegen Durchfall, Verstopfung, Magen-Tee
- Desinfektionsmittel
- Insektenschutz
- Kühlkissen
- Wund- & Heilsalbe
- Zeckenzange
- Homöopathie, Globuli
- Kirschkernkissen / Wärmflasche
- ggf. Verhütungsmittel

Kleidung:

- Unterwäsche, (Still-)BHs / Bustiers, Socken
- Bikini / Badeanzug, Badetuch, Badeschuhe
- Sportkleidung, Wanderkleidung
- Kleider, Röcke, Shorts
- Tops, T-Shirts, Pullover
- Jeans, Hosen, Leggings
- Pyjama(s)
- Schuhe, Flip-Flops, Stiefel



Die Mama-Urlaubs-Checkliste

für den perfekt gepackten Urlaubskoffer

Notizen: