

# Checkliste für Indonesien

## Reisedokumente

- ☐ Reisepass
- ☐ Kreditkarte
- ☐ Bargeld in Rupiah
- ☐ Internationaler Führerschein
- ☐ Auslandskrankenversicherung
- ☐ Kopien aller Dokumente

## Elektronik

- ☐ Smartphone mit eSIM (Holafly)
- ☐ Steckertyp C/F
- ☐ Powerbank (10.000+ mAh)
- ☐ Ladekabel
- ☐ Kopfhörer

## Impfungen (Optional)

- ☐ Empfohlene Impfungen:  
Thyphus, Tollwut, Japanische  
Enzephalitis
- ☐ Standard-Impfungen: Tetanus,  
Diphtherie, Masern, Pertussis,  
Polio, Hepatitis B



# Checkliste für Indonesien

## Kleidung - Männlich

- ☐ T-Shirts (atmungsaktiv)
- ☐ Lange Hose/Jeans
- ☐ Shorts
- ☐ Leichte Jacke/Pullover
- ☐ Regenjacke
- ☐ Langärmliges Hemd (Tempel)
- ☐ Badehose
- ☐ Unterwäsche & Socken

## Kleidung - Weiblich

- ☐ T-Shirts/Tops (atmungsaktiv)
- ☐ Lange Hose/Rock
- ☐ Shorts/kurze Röcke
- ☐ Leichte Jacke
- ☐ Regenjacke
- ☐ Langärmliges Oberteil/Schal (für heilige Orte)
- ☐ Bikini
- ☐ Unterwäsche & Socken



## Schuhe

- ☐ Slip-On-Schuhe oder Sneaker
- ☐ Sandalen (optional)
- ☐ Wasserschuhe (optional)
- ☐ Flipflops
- ☐ Wanderschuhe (optional)

# Checkliste für Indonesien

## Erste Hilfe

- ☐ Pflaster & Blasenpflaster
- ☐ Ibuprofen, Paracetamol
- ☐ Durchfallmedikamente
- ☐ Sonnencreme LSF 50+
- ☐ Insektenschutzmittel (DEET 30%+)
- ☐ Persönliche Medikamente
- ☐ Ärztliche Bescheinigung
- ☐ Desinfektionsmittel

## Hygieneartikel

- ☐ Zahnbürste & Zahnpasta
- ☐ Deo und Feuchttücher
- ☐ Shampoo/Duschgel
- ☐ Feuchtigkeitscreme
- ☐ Rasierer + Klingen
- ☐ Damenhygieneartikel
- ☐ Taschentücher
- ☐ Kontaktlinsen & Pflegemittel



# Indonesien ✨ Verbotene Gegenstände ✨

Bringe nicht mit

- ☐ Medikamente mit Pseudoephedrin ohne Attest
- ☐ Hustensaft mit CodeinText
- ☐ ADHS-Medikamente ohne Genehmigung
- ☐ Cannabis & CBD-Produkte
- ☐ Fleisch, Wurst, frisches Obst
- ☐ E-Zigaretten mit Nikotin-Liquid
- ☐ Messer über 6 cm
- ☐ Pornografische Inhalte oder Sexspielzeuge

