

Checkliste für die Karibik

Reisedokumente

- Reisepass + Flugtickets
- Kreditkarte
- Bargeld
- Kopien aller Dokumente
- Reiseversicherung
- Krankenversicherungskarte

Elektronik

- Smartphone mit eSIM (Holafly)
- Reiseadapter Typ A/B/G
- Powerbank (10.000+ mAh)
- Ladekabel
- Kopfhörer

Impfungen

- Empfohlene Impfungen: Hepatitis A und B, Dengue-Fieber
- Standard-Impfungen: Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten, Masern und Polio



Holafly

Checkliste für die Karibik

Kleidung - Männlich

- T-Shirts (atmungsaktiv)
- Leichte Hose/Jeans
- Shorts und Badehose
- Dünnes Hemd
- UV-Shirt (für Schnorcheln)
- Leichte Jacke/Cardigan
- Leichte Regenjacke
- Unterwäsche & Socken

Kleidung - Weiblich

- T-Shirts/Tops (atmungsaktiv)
- Leichter Rock/weite Hose
- Shorts (im Resort erlaubt)
- Leichte Jacke/Cardigan
- Badeanzug/Bikini
- UV-Shirt (für Wassersport)
- Schultertuch
- Unterwäsche & Socken
- Leichte Regenjacke



Schuhe

- Slip-On-Schuhe oder Sneaker
- Bequeme Laufschuhe
- Wasserschuhe (Für Riffe)
- Flipflops (Für den Strand)
- Leichte Wanderschuhe

Checkliste für die Karibik

Erste Hilfe

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

Hygieneartikel

- Zahnbürste & Zahnpasta
- Deo (in Südafrika erhältlich)
- Shampoo/Duschgel
- Feuchtigkeitscreme
- Rasierer + Klingen
- Damenhygieneartikel
- Taschentücher/Feuchttücher
- Kontaktlinsen & Pflegemittel
- After Sun-Lotion
- Reisehandtuch (ggf. Mikrofaser)
- Lippenpflege mit UV-Schutz



Karibik

Verbotene Gegenstände

Bringe nicht mit

- Pflanzen und frische Lebensmittel
- Illegale medizinische Präparate
- Pornografisches Material
- Drogen & Betäubungsmittel
- Starke Medikamente ohne Attest
- Pfefferspray
- Elektroschocker
- Schusswaffen und Munition

