

Checkliste für die Philippinen

Reisedokumente

- Reisepass + Kopien + Visum
- Kreditkarte
- Bargeld in Philipp. Pesos
- Internationaler Führerschein
- Auslandskrankenversicherung
- Ticketkopie vom Rückflug
(wird oft verlangt)

Elektronik

- Smartphone mit eSIM (Holafly)
- Steckertyp A/B (selten C)
- Powerbank (10.000+ mAh)
- Ladekabel
- Kopfhörer
- Unterwasserhandyhülle

Impfungen (Optional)

- Empfohlene Impfungen:
Thyphus, Tollwut, Japanische
Enzephalitis
- Standard-Impfungen: Tetanus,
Diphtherie, Masern, Pertussis,
Polio, Hepatitis B
- Mückenschutz beachten wegen
Dengue-Fieber (ganzjährig)



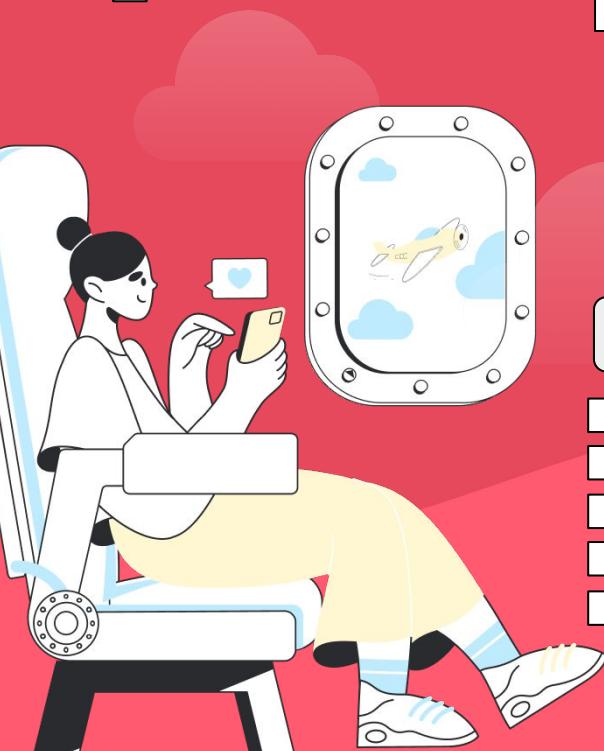
Checkliste für die Philippinen

Kleidung - Männlich

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

Kleidung - Weiblich

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



Schuhe

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

Holafly

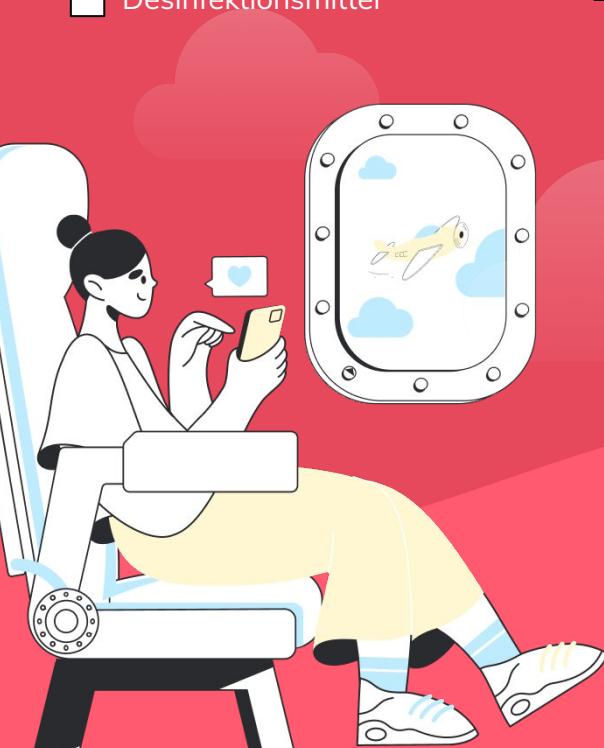
Checkliste für die Philippinen

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



Philippinen

Verbotene Gegenstände

Bringe nicht mit

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

