



# Packliste

## Dokumente und Geld

- Reisepass
- Reise- und Versicherungsunterlagen (Flugtickets, 2 Kopien des Einladungsschreibens etc.)
- Ausgedruckte Kopien der oben genannten Dokumente
- Kredit- und EC-Karte, ggf. Ersatzkreditkarte
- Bargeld (mind. 50USD für das Visum; ggf. mehr, falls es mit dem Abheben nicht funktioniert)
- Internationaler Führerschein, wenn du Auto fahren möchtest
- Internationalen Studierenden- oder Schüler\*innenausweis für reduzierte Eintrittspreise z.B. in Nationalparks
- Notfallnummern

## Kleidung

- Arbeitskleidung (s. Hinweis im jeweiligen Projekt; im medizinischen Bereich benötigst du spezielle Arbeitskleidung, die du kostengünstig vor Ort bei deiner Einsatzstelle erhalten kannst)
- Leichte Leinen- oder Baumwollkleidung, die Beine und Arme bedecken (Moskitoschutz)
- Lange und kurze Outdoor-Hosen, Hemden und Shirts
- Warme Kleidung in Abhängigkeit der Jahreszeit
- Fleecejacke/ Hoodie
- Dicke Socken
- Regenjacke
- Festes + leichtes Schuhwerk
- Flip-Flops/ Sandalen
- Badesachen
- Handtücher
- Sonnenbrille
- Kopfbedeckung, die vor Sonne schützt
- Mütze, warme Handschuhe (v.a. im Winter)

## Technik

- Handy + evtl. altes Handy für lokale SIM-Card
- Kamera
- Speicherkarten
- Reiseadapter Typ G für die Steckdose
- LED-Stirnlampe oder Taschenlampe
- Powerbank
- Jegliche Ladekabel
- Kopfhörer



## Hygiene und Schutz

- Kulturtasche mit Duschzeug, Zahnbürste etc.
- Sonnenschutz (mind. SPF 30+, gerne 50)
- Insekenschutz (Empfehlung: No Bite + Imprägnierung von Kleidung)
- Erste-Hilfe-Set
- Kleine Reiseapotheke
- Ggf. Waschmittel

## Sonstiges

- Kleiner Rucksack oder Handtasche mit Reisverschluss zum täglichen Gebrauch
- Notizbuch und Stift (Tagebuch)
- Reiseführer
- Wasserflasche
- Gastgeschenke jeder Art. Die Kinder/Einheimischen freuen sich riesig über kleine Geschenke (Kugelschreiber, Buntstifte, Luftballons, Sticker, Seifenblasen, Deos, Parfum, Haribo, Kleidung, Puppen, Spielautos, Kuscheltiere,...)
- Lesestoff
- Vorhängeschloss
- Schafbrille und Ohrstöpsel