

# Packliste fürs Auslandsjahr



Der Tag der Abreise nähert sich – jetzt ist es Zeit, die Koffer für das Auslandsjahr zu packen. Unsere Packliste gibt dir einen Überblick darüber, welche Dinge auf keinen Fall fehlen dürfen und welche getrost zuhause bleiben können:

## Das Gepäck im Überblick



- grosses Gepäckstück: Koffer oder Trekking-Rucksack
  - Gewicht:  kg
  - Masse:  x  x  cm
- Handgepäck: kleiner Koffer/Reisetasche
  - Gewicht:  kg
  - Masse:  x  x  cm
- Tagesrucksack/Schultasche
- Packwürfel und Schuhbeutel

## Pack-Tipp:



Um Platz im Koffer zu sparen, solltest du dich genau über das Klima in deinem Gastland informieren. In Ländern, in denen es ganzjährig warm ist, benötigst du keine dicke Winterbekleidung. Reist du im Herbst an, ist es in manchen Ländern noch sommerlich mild, in anderen bereits sehr kühl. Wird es erst im Verlauf deines Austauschjahres kälter, kannst du ggf. Winterkleidung auch vor Ort kaufen.



## Was gehört in den Koffer?

In den Koffer packst du alle Dinge, die du während der Anreise nicht benötigst.

## Kleidung

### Packe Kleidung für 1 bis maximal 2 Wochen ein.

- T-Shirts
- Langarmshirts
- Cardigan
- lange Hosen
- kurze Hosen
- Jogginghose/Leggins
- Pyjama
- Unterwäsche
- Socken
- Hausschuhe
- Sneaker/Halbschuhe
- ggf. 1 schickes Outfit für Feiern/besondere Anlässe



### Für Sport & Outdoor-Aktivitäten:

- Sportsachen (Indoor/Outdoor)
- Wanderschuhe/Wandersocken
- Regenjacke
- Fleecejacke

### Für warme Temperaturen:

- Badesachen
- Sandalen/Flipflops
- Kappe
- Sonnenbrille

### Für kalte Temperaturen:

- Pullover/Hoodies
- Winterjacke
- Mütze
- Schal
- Handschuhe
- dicke Socken
- Winterstiefel



### Pack-Tipp:

Erkundige dich vorab, ob deine Gastfamilie dir Handtücher und Bettwäsche bereitstellt. Im Idealfall musst du höchstens ein paar Waschlappen und eventuell kleine Mikrofaserhandtücher einpacken, wenn du möchtest. Um noch mehr Gewicht zu sparen, kannst du Hygieneartikel in wiederverwendbaren Reisefläschchen mitnehmen und vor Ort grosse Produkte kaufen.

### Hygiene



- Kulturbbeutel
- Zahnbürste
- Zahnpasta
- Hautpflege
- Shampoo/Spülung
- Duschgel
- Deo
- Haarbürste/Kamm
- Haargummis/Haarspangen
- Lippenpflege
- Handcreme
- Nagelfeile/Nagelschere/Pinzette
- ggf. Sonnencreme
- ggf. Rasierzeug
- ggf. Damen-Hygieneartikel
- ggf. Make-up

### Reiseapotheke



- Pflaster/Blasenpflaster
- Wund- und Heilsalbe
- Schmerzmittel
- Medikamente gegen Durchfall
- Medikamente gegen Husten und Schnupfen
- spezielle Medikamente fürs Reiseziel (z. B. Malaria-Prophylaxe)

---



---

- persönliche Medikamente:

---



---

- 

### Elektronik



- Steckeradapter
- Handy und Ladekabel
- ggf. Laptop/Tablet und Ladekabel
- ggf. E-Reader und Ladekabel
- USB-Stick
- 
- 
- 
- 

### Sonstiges



- Gastgeschenk
- kleiner Tagesrucksack/Schultasche
- Schulsachen: Schuletui mit Schreibutensilien, Taschenrechner
- wichtige Dokumente als Kopie
- ggf. Brille inkl. Etui
- ggf. Kontaktlinsen inkl. Aufbewahrung
- ggf. Schmuck/Armbanduhr

-



## Was gehört ins Handgepäck?

Im Handgepäck verstaust du alle wichtigen Unterlagen und Dinge, die du für den Flug und die unmittelbare Anreise benötigst.



- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Identitätskarte                     | <input type="checkbox"/> Portemonnaie mit Bargeld für die ersten Tage                                 |
| <input type="checkbox"/> Schweizer Pass, Visum               | <input type="checkbox"/> EC-Karte/Kreditkarte   |
| <input type="checkbox"/> ggf. internationaler Schülerausweis | <input type="checkbox"/> ggf. Buch/E-Reader   |
| <input type="checkbox"/> Flugtickets/Bahntickets             | <input type="checkbox"/> ggf. Sonnenbrille  |
| <input type="checkbox"/> Impfausweis                         | <input type="checkbox"/> ggf. Begleitschreiben (Arztzeugnis) für spezielle<br>Medikamente in Englisch |
| <input type="checkbox"/> Krankenversichertenkarte            | <input type="checkbox"/> ggf. kleine Reiseapotheke inkl. Taschentücher                                |
| <input type="checkbox"/> Versicherungsunterlagen             | <input type="checkbox"/> ggf. Nackenkissen  |
| <input type="checkbox"/> Handy                               | <input type="checkbox"/> _____  |
| <input type="checkbox"/> Kopfhörer                           | <input type="checkbox"/> _____  |
| <input type="checkbox"/> ggf. Ohrenstöpsel                   |   |

Weitere Tipps zur Organisation und zum Kofferpacken kannst du in unserem Artikel zur [Vorbereitung auf ein Auslandsjahr](#) nachlesen.