

## Gesundheit

- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- Reiseapotheke mit Medikamenten gegen Kopfschmerzen, Fieber, Magen-Darm-Infektionen, Erkältung, Zahnschmerzen, Bindehautentzündung, Reiseübelkeit, Juckreiz, Sonnenbrand und Mückenstiche, Desinfektionsmittel, Pflaster und Verbandsmaterial
- Impfungen. Bei Ihrem Hausarzt Impfstatus überprüfen lassen und über weitere notwendige Impfungen des Reiselandes frühzeitig informieren. Impfausweis nicht vergessen!
- Ärztliche Bescheinigung ausstellen lassen, wenn verschreibungspflichtige Medikamente (die z. B. unter das Betäubungsmittelgesetz fallen) und/oder Spritzen im Handgepäck mitgeführt werden müssen (z. B. Diabetiker)
- Über den ADAC Ambulance Service informieren



Persönliche Notizen

## Haus, Wohnung & Garten

- Versorgung von Pflanzen und Haustieren klären
- Wer leert den Briefkasten, stellt ggf. den Müll raus?
- Tageszeitung abbestellen
- Versorgungsleitungen anpassen (Wasser, Gas, Heizung)
- Urlaubsadresse und Wohnungsschlüssel bei Nachbarn, Freunden oder Verwandten hinterlassen
- TV, Radio und sonstige elektrische Geräte ganz ausschalten bzw. Stecker ziehen
- Türen und Fenster schließen



**Tipp:** Zeitschaltuhren lassen Ihr Zuhause auch während des Urlaubs bewohnt aussehen.

Persönliche Notizen

## Wir sind da!

Ihr ADAC vor Ort



### HAMBURG

Amsinckstraße 41, 20097 Hamburg  
**Geschäftsstelle**  
T 040 239 19 19  
hamburg@hsa.adac.de  
**Reisebüro**  
T 040 239 19 20  
rb.hamburg@hsa.adac.de  
Mo. - Fr. 8 - 19 Uhr, Sa. 9 - 16 Uhr

### HARBURG

Großmoordamm 69, 21079 Hamburg  
**Geschäftsstelle**  
T 040 76 73 87 11  
harburg@hsa.adac.de  
**Reisebüro**  
T 040 76 73 87 20  
rb.harburg@hsa.adac.de  
Mo. & Mi. 8.30 - 17 Uhr  
Di. & Do. 8.30 - 19 Uhr, Fr. 8.30 - 15 Uhr  
1. Sa. im Monat 9 - 13 Uhr  
Mai bis Juli, samstags 9 - 13 Uhr

### BERGEDORF

**Geschäftsstelle** im Autohaus Michael  
Neuer Weg 43, 21029 Hamburg  
T 040 23 91 94 20  
bergedorf@hsa.adac.de  
Mo. - Mi. 9 - 17 Uhr, Do. 9 - 18 Uhr  
Fr. 9 - 15 Uhr  
Mittagspause täglich 12 - 12.30 Uhr

### LÜNEBURG

Universitätsallee 15, 21335 Lüneburg  
**Geschäftsstelle**  
T 04131 969 46 11  
lueneburg@hsa.adac.de  
**Reisebüro**  
T 04131 969 46 20  
rb.lueneburg@hsa.adac.de  
Mo. - Fr. 9.30 - 18 Uhr, Sa. 9.30 - 14 Uhr

### ROSTOCK

Trelleborger Straße 1, 18107 Rostock  
**Geschäftsstelle**  
T 0381 778 33 11  
rostock@hsa.adac.de  
**Reisebüro**  
T 0381 778 33 20  
rb.rostock@hsa.adac.de  
Mo. - Mi. 9.30 - 18 Uhr, Do. 9.30 - 19 Uhr  
Fr. 9.30 - 15 Uhr, 1. Sa. im Monat 9 - 12 Uhr

### SCHWERIN

Mecklenburgstraße 7, 19053 Schwerin  
**Geschäftsstelle**  
T 0385 590 52 11  
schwerin@hsa.adac.de  
**Reisebüro**  
T 0385 590 52 20  
rb.schwerin@hsa.adac.de  
Mo. - Fr. 9.30 - 18 Uhr, Sa. 9.30 - 14 Uhr

### NEUBRANDENBURG

Demminer Straße 10  
17034 Neubrandenburg  
**Geschäftsstelle**  
T 0395 430 69 11  
neubrandenburg@hsa.adac.de  
**Reisebüro**  
T 0395 430 69 20  
rb.neubrandenburg@hsa.adac.de  
Mo. & Mi. 10 - 16 Uhr, Di. & Do. 10 - 18 Uhr  
Fr. 10 - 15 Uhr, 1. Sa. im Monat 9 - 12 Uhr

### GREIFSWALD

**Geschäftsstelle** im Autohaus Greif  
Anklamer Straße 85/86  
17489 Greifswald  
T 03834 77 55 27  
greifswald@hsa.adac.de  
Do. & Fr. 9.30 - 18 Uhr  
Mittagspause 12.30 - 13 Uhr

### STRALSUND

**Geschäftsstelle** im Autohaus Hanseat  
Werftstraße 4, 18439 Stralsund  
T 03831 28 56 96  
stralsund@hsa.adac.de  
Mo. - Mi. 9.30 - 18 Uhr  
Mittagspause 12.30 - 13 Uhr

### ADAC Info-Service

0 800 5 10 11 12 (Mo. - Sa. 8 - 20 Uhr)  
info@hsa.adac.de

### ONLINE

adac.de/hansa  
adareisen.de

### BEI PANNE ODER UNFALL ADAC Pannenhilfe Deutschland

Festnetz 0 180 2 22 22 22  
0,06 Euro/Anruf, dt. Festnetz  
Mobil 22 22 22\*

### BEI NOTFALL IM AUSLAND ADAC Notruf München

Tel. +49 89 22 22 22  
bei Fahrzeugschaden  
Tel. +49 89 76 76 76  
bei Krankheit/Verletzung

### ADAC Stauinfo

Autom. Verkehrsansage  
Mobil 22 4 99\*

\* Verbindungskosten je nach  
Netzbetreiber/Provider

ADAC

# Ihre ADAC Reisecheckliste

Damit Sie für einen erholsamen Urlaub  
bestens gerüstet sind.



## Dokumente

- Unbedingt Gültigkeit von Personalausweis/Reisepass vor Einreise ins Reiseland überprüfen! Zahlreiche Länder verlangen eine Gültigkeit von mind. 3 Monaten, einige sogar von 6 Monaten. Die Verlängerung bzw. Neuausstellung dauert in der Hauptreisezeit evtl. länger als gewohnt.
- Visum. Bitte informieren Sie sich in Ihrer **ADAC Geschäftsstelle & Reisebüro** über eventuelle Einreisebestimmungen oder erforderliche Einreisedokumente.
- Führerschein. Informieren Sie sich, ob Sie ggf. einen internationalen Führerschein im Reiseland benötigen.
- Grüne Versicherungskarte von Kfz-Versicherung
- Kreditkarten sowie die Telefonnummer für die Kartensperrung
- Bargeld in Fremdwährung mitnehmen, Wechselkurs erfragen
- Tickets, Buchungsbestätigungen, Urlaubsadresse, Kontaktadressen vor Ort
- ADAC Mitgliedskarte
- über das ADAC Vorteilsprogramm informieren
- Reiseführer, Wörterbuch

**Tipp:** Kopien aller wichtigen Papiere mitnehmen. Im Verlustfall sehr hilfreich!



Persönliche Notizen

## Für Reisen mit dem Auto, Wohnmobil & Camping

- ADAC Toursets. Gedruckte Reisekarten und Urlaubsführer beim **ADAC** holen oder ADAC Tourset App aufs Smartphone laden
- ADAC Tourmail einrichten und kurz vor Abreise ganz aktuell per E-Mail zum Urlaubsstart informiert werden
- Vignette/Mautkarte
- Fahrzeuguntersuchung, z. B. URLAUBSFIT im **ADAC Prüfzentrum Hamburg**
- ADAC Campingführer/ADAC Stellplatzführer. Weitere Informationen unter [adac.de/camping](http://adac.de/camping) und auf [pincamp.de](http://pincamp.de) einholen
- Camping Key Europe (CKE)
- Fahrzeugschein

Persönliche Notizen



## Versicherungen

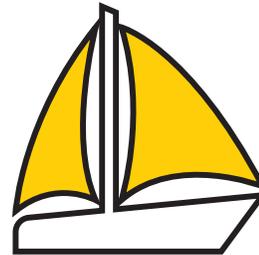
- ADAC Plus-Mitgliedschaft für Hilfeleistungen bei Panne/Unfall auch bei Reisen ins Ausland
- ADAC Auslandskrankenschutz, erstattet die Kosten für medizinische Behandlungen bei Auslandsreisen
- ADAC Unfallschutz, schützt mit starken finanziellen Leistungen, z. B. nach einem Reise-, Freizeit-, Verkehrs- sowie Haushalts- und Berufsunfall, weltweit und mit sofortiger Wirkung
- ADAC Rechtsschutz – bei Streit nach einem Verkehrsunfall oder Streitigkeiten aus Reiseverträgen
- ADAC Reiserücktritts-Versicherung – Schutz für das ganze Jahr, vor und während der Reise
- ADAC Privathaftpflicht-Versicherung, auch zur Absicherung gegen Schadensersatzansprüche auf Reisen, natürlich weltweit



Persönliche Notizen

## Für den Wassersport

- ADAC Wassersport-Haftpflicht
- ADAC Wassersport-Kasko
- ADAC Skipper-Haftpflicht
- Sportbootführerschein
- Internationaler Bootsschein (IBS)
- ADAC Marinaführer. Informieren unter [adac.de/marinafuehrer](http://adac.de/marinafuehrer)



Persönliche Notizen

## Für Flugreisen

- Gepäckbestimmungen der Airline beachten
- Flüssigkeitsbestimmungen für Handgepäck beachten. Grundsätzlich: Im Handgepäck transportierte Flüssigkeitsbehälter dürfen nicht mehr als 100 ml fassen und müssen in einer durchsichtigen, wieder verschließbaren 1 L Tüte, z. B. Gefrierbeutel mit Zipper, aufbewahrt werden.
- Frühzeitige Anfahrt zum Flughafen klären. Nähere Informationen erhalten Sie in Ihrem **ADAC Reisebüro**.
- Gepäck mit beschrifteten Kofferanhängern versehen und die eigene Adresse auch im Koffer hinterlegen
- Bitte beachten Sie auch die sonstigen aktuellen Sicherheitsbestimmungen für Handgepäck. Ihr **ADAC Reisebüro** berät Sie gern!

**Tipp:** Gegen den Druck in den Ohren bei Start und Landung hilft Kaugummikauen.

Persönliche Notizen



## Reisegepäck

- Gepäckliste anlegen (Kulturbeutel nicht vergessen!)
- Fotoapparat, Mobiltelefon/Smartphone
- Akku, Ladegeräte und ggf. Steckdosen-Adapter
- Rasierapparat/Föhn
- Brille/Kontaktlinsen, Sonnenbrille
- Kopfbedeckung
- Hüfttasche/Brustbeutel zur Verwahrung von Wertsachen am Körper
- Sonnenschirm/Regenschirm
- Urlaubslektüre

Persönliche Notizen

