

# Packliste Ukraine

für Frauen und Männer



## Geld & Finanzen

- Auslandswährung
- Bargeld
- Bauchtasche mit Geheimgeld
- Brustbeutel mit RFID-Blocker
- Kreditkarte
- Notfall-Telefonnummern der Bank
- Portmonee ([Mini-Portmonees im Vergleich](#))

## Hygiene

- Haarbürste / Kamm
- Deo (Reisegröße)
- Desinfektionstücher/-mittel
- Duschbrocken
- Reiseset: Shampoo, Spülung etc. ([gute Alternative: festes Shampoo](#))
- Menstruationstasse ([mehr Infos](#))
- Haargummi
- Handcreme
- Kontaktlinsen + Zubehör
- Kulturtasche/Waschsalon ([meine Auswahl](#))
- Labello / Lippenbalsam
- Nagelpflegeset inkl. Pinzette (für Zecken)
- Ohrenstäbchen, wiederverwendbar
- Rasierer für die Reise
- Rasierschaum für die Reise, ggf. Pinsel
- Rasierschaum für die Reise
- Schminkutensilien / Abschminktücher
- Sonnencreme (Reisegröße)
- Tampons / Damenhygieneartikel
- Taschentücher
- Verhütungsmittel / Kondome
- Verhütungsmittel / Pille / Kondome
- Waschmittel für die Reise
- Zahnbürste + Zahnpasta für die Reise

## Kleidung

- Badesachen
- Fleecepullover/-jacke
- Gürtel (leicht, mit Geldfach)

- Handschuhe
- Hosen / Shorts, kurz
- Hosen / Jeans, lang
- Kleid / Rock
- Kompressionssocken für den Flug
- Mütze / Caps / Hüte
- Regenjacke / Regencape
- Sarong / Pareo / Strandkleid
- Schal
- Schlafanzug / Pyjama
- Socken
- Sonnenbrille
- T-Shirts
- Unterwäsche
- Übergangsjacke für kalte Tage
- Wander- / Funktionssocken, mückensicher

## Medikamente / Apotheke

- Anti-Blasen-Stick
- Blasenpflaster
- Durchfalltabletten
- Erste-Hilfe-Set
- Fiebertabletten
- Herpescreme / Anti-Herpes-Stick
- Mückenschutz / Moskitospray ([meine Erfahrungen und Tipps](#))
- Mückenschutz für Kleidung ([meine Erfahrungen und Tipps](#))
- Insektenstichheiler ([meine Erfahrung: eine Offenbarung](#))
- persönliche Medikamente
- Pflaster
- Schmerzmittel (Kopfschmerzen)

## Papiere & Unterlagen

- ADAC Unterlagen
- Adressliste für Postkarten
- Auslandskrankenversicherung (Nachweis)
- Fahrzeugschein
- Führerschein (inter- / national) / ggf. KFZ-Schein
- Hotel-/Hostelunterlagen
- Hülle (wasserdicht) für Reiseunterlagen
- Impfausweis / ggf. Allergiepass
- Krankenversichertenkarte
- Landkarte für die Ukraine
- Mietwagenunterlagen
- Personalausweis
- Reiseführer Ukraine

- Reisepass
- Reisepasshülle
- Reisetagebuch ([meine Liste der schönsten Tagebücher](#))
- Reisetagebuch für Ukraine-Reisen ([meine Liste der schönsten Tagebücher](#))
- Studentenausweis (inter-/national)
- Visum, falls erforderlich
- Wegbeschreibung
- Zugticket / Bahncard / Flugticket

## Rucksäcke & Taschen

- Bade-/Strandtasche
- Dry Bag / Packsack (wasserdicht)
- Handtasche
- Koffer/Trolley/Reisetasche
- Packwürfel / Kleidertaschen ([meine Übersicht](#))
- Rucksack-Schutzhülle und Regenschutz
- Schutzhülle für Elektronik
- Tagesrucksack
- Trekkingrucksack
- Vakuum- / Kompressionsbeutel
- Zip-Beutel für Handgepäck

## Schuhe

- Flip Flops / Hausschuhe / Badelatschen
- Schuhe (auch zum Wechseln)

## Sonstiges

- aufblasbares Kopfkissen
- Brille / Kontaktlinsen + Etui
- Buch / Zeitschrift
- Kofferanhänger
- Mückenstecker ([meine Erfahrungen und Tipps](#))
- Nähzeug
- Ohropax / Ohrstöpsel gegen Schnarcher
- Ohrstöpsel fürs Flugzeug, druckausgleichend
- Reisedecke für Zug/Bus/Flug
- 1 bis 2 Reisehandtücher (schnelltrocknend)
- Schreibzeug
- Schlafbrille
- Sicherheitsnadeln
- Stirnlampe / Taschenlampe + Batterien
- Stöpsel (für die Handwäsche im Waschbecken)

- Wörterbuch (Buch oder App)

## Baden / Strand

- aufblasbares Spielzeug/Boot
- aufblasbare Liege / Sofa
- Badeschuhe bei Steinstränden
- Flossen
- Luftmatratze
- Schwimmbrille/Schnorchel/Maske
- Schwimmflügel/-ring
- Sonnenschirm, reisetauglich
- Strandmuschel
- Strandsafe/Geldversteck ([meine Auswahl](#))
- Strandtücher

## Technische Ausrüstung

- Digitalkamera inkl. Akku/Stativ
- Digicam-Hülle/-Case (wasserdicht)
- eBook-Reader (z. B. Kindle)
- Handy inkl. Ladekabel
- Handyhülle, wasserdicht
- Kopfhörer
- Kopfhöreradapter für 2 Personen
- Ladegeräte für die Elektronik
- Powerbank
- SD-Karte
- Tablet für Internetzugang (ggf.)

## Corona

- Händedesinfektion
- ggf. Impfnachweis/Genesungsnachweis
- Impfpasshülle
- FFP2-Maske ([FFP2-Masken im Vergleich](#))
- Schnelltests

Diese Packliste kannst du fortwährend unter <https://www.packlisten.org/packliste-ukraine> abrufen.