

Informieren Sie sich vor Reisebeginn über empfohlene Impfungen.

Kopieren Sie Ihren Reisepass, Reiseschecks, Kreditkarten, Reiseverlauf und Flugtickets. Tragen Sie eine Kopie stets bei sich und deponieren Sie eine weitere Kopie sowie Ihre Kontaktadressen am Zielort bei einer Person Ihres Vertrauens, die im Notfall als Ansprechpartner zur Verfügung steht.

Führen Sie alle Medikamente, die Sie regelmäßig benötigen, in ausreichender Menge für die Reisedauer im Handgepäck mit sich (bitte beachten Sie, dass Spritzen nur in Verbindung mit entsprechender ärztlicher Bescheinigung mitgeführt werden dürfen).

Sichern Sie Ihre Wohnung bzw. Ihr Haus vor der Abreise. Fast die Hälfte aller Diebstähle aus Wohnungen oder Häusern passieren während längerer Abwesenheit.

Sie sollten über Ihr Reiseziel informiert sein. Die Website des Auswärtigen Amts hält hierzu folgende Informationen bereit.

Aufgrund der erhöhten Sicherheitsvorkehrungen ist die Zeit, die zur Abwicklung am Flughafen benötigt wird, und der Umfang an Sicherheitsmaßnahmen gestiegen. Planen Sie ausreichend Zeit für die Sicherheitsvorkehrungen am Flughafen ein, damit Sie Ihr Gate rechtzeitig erreichen. Besonders in der Ferienzeit und an Feiertagen sollten Sie sehr frühzeitig an den Flughafen kommen.

Packen Sie Ihr Handgepäck möglichst nicht zu eng, um die Überprüfung durch die Sicherheitskräfte zu vereinfachen. Jeder Reisende darf meist ein Handgepäckstück und ein persönliches Objekt (z. B. eine Hand- oder eine Aktentasche) mitführen.

Kontrollieren Sie Ihre übliche Freigepäckgrenze (meist 20 Kg) und stellen Sie sicher, dass Sie sowohl Ihren Namen als auch Ihre Anschrift außerhalb und innerhalb Ihres Gepäcks angebracht haben. Achtung: Übergepäck ist teuer (ca. 40 € pro Kg).

Bei Reisen nach und von Nordamerika empfiehlt die Flugsicherheit, eingecheckte Gepäckstücke nicht abzuschließen, da diese im Rahmen der Sicherheitsprüfungen unter Umständen von den Sicherheitskräften geöffnet werden müssen.

Achten Sie darauf, welche Gegenstände Sie mit sich führen. Bitte beachten Sie, dass scharfe Gegenstände nicht im Handgepäck mitgeführt werden dürfen. Bestimmte Gegenstände dürfen nicht im Flugzeug mitgeführt werden, da von ihnen eine Gefahr ausgehen kann. Viele dieser Gegenstände werden zu Hause oder in der Arbeit häufig verwendet. Auf einem Flug können sie jedoch aufgrund von Temperatur- und Druckveränderungen gefährlich werden. Kontrollieren Sie, welche Gepäckstücke unerlaubte Gepäckstücke gelten. Alle elektronische Geräte wie Laptops oder Mobiltelefone werden separat untersucht. Nehmen Sie hierzu bitte Ihr Laptop aus der Reisetasche, damit beides separat geröntgt werden kann.

Tragen Sie bitte möglichst wenig Schmuck oder andere Metallgegenstände am Körper und entfernen Sie alle Metallgegenstände, bevor Sie die Metalldetektoren passieren, um die Sicherheitsprüfung möglichst reibungslos zu gestalten.

Prüfen Sie, dass Sie einen gültigen Reisepass und die erforderlichen Visa besitzen. Häufig benötigen Sie Ihren Reisepass und die Bordkarte an verschiedenen Stellen, wie beim Einsteigen am Gate oder an den Sicherheitskontrollen. Halten Sie Ihr Ticket, Ihre Bordkarte und ein Ausweisdokument stets griffbereit.

Tragen Sie bitte Schuhe, die sich leicht aus- und anziehen lassen. Tragen Sie lockere, bequeme Kleidung. Bewegen Sie sich. Stehen Sie während des Fluges ab und zu auf, wenn möglich, und drehen Sie eine Runde durch die Kabine. Strecken Sie so oft wie möglich Arme und Beine. Essen Sie leicht. Nehmen Sie nur leicht verdauliche Lebensmittel zu sich und trinken Sie viel Wasser. Genießen Sie Alkohol, Kaffee und Tee in Maßen.

Schlafen Sie sich aus. Helfen Sie Ihrem Körper, Zeitverschiebungen leichter auszugleichen, indem Sie unterwegs jede Gelegenheit zum Schlafen nutzen. Jedes Nickerchen hilft. Vergessen Sie aber nicht, Ihre Kontaktlinsen herauszunehmen, bevor Sie schlafen.

Informieren Sie sich rechtzeitig am Urlaubsort über Ihren Rückflug.

Einen entspannten Flug und eine erlebnisreiche Reise wünscht Ihr REISETRAUM KIRSTE

<http://www.reiseraum-kirste.de/>