

# BURMA/MYANMAR

## REISECHECKLISTE

### Hat Sie das Reisefieber gepackt?

Mit einer guten Urlaubsplanung ist schon der halbe Urlaub gewonnen. Ob Langzeitreise, Badeurlaub oder Rundreise – egal wie lange die Reise dauert, es müssen einige Vorbereitungen getroffen werden. Diese Reise-Checkliste hilft dabei, dass der Koffer oder die Tasche vollständig gepackt ist und die wichtigsten Dokumente nicht zu Hause liegen bleiben.



### REISEDOKUMENTE

- Reisepass auf Gültigkeit prüfen
- Passfotos besorgen
- Einreisemodalitäten des Urlaubslandes abklären und Visum beantragen (entweder durch Tai Pan oder direkt)
- Kopien aller wichtigen Papiere machen
- Impfausweis überprüfen und erforderliche Impfungen beachten
- Auslands-Krankenschein
- Reiseführer, Landkarte und Wörterbücher
- Reiseunterlagen vollständig?  
Tickets, Hotelreservierung, Polizze, Reiseversicherung, usw.

### HANDGEPÄCK

Handgepäck besteht nur aus einem kleinen Gepäckstück, das in die Flugzeugkabine mitgenommen werden kann. Das Gewicht sollte 5 kg nicht überschreiten. Verboten sind elektrische Geräte und gefährliche Gegenstände, wie z.B. Verteidigungssprays, Messer, Schere, Nagelfeilen, Haarsprays, Gas-Campingkocher.

- Gemütliche/wärmere Kleidung und Socken für klimatisierte Räume und das Flugzeug
- Notfall-Paket, falls der Koffer nicht am Urlaubsort mit ankommt
- wichtige Medikamente (Bei eigenen rezeptpflichtigen Medikamenten unbedingt die Zollbestimmungen des jeweiligen Landes beachten, bzw. sich über diese Bestimmungen informieren.)
- Sonnenbrille
- Kontaktlinsen/Pflegemittel
- Bargeld, Reiseschecks
- Kredit- und/oder EC Karte
- Gesichtsschminkt
- Kamera (Ladekabel, Akku)
- Handy (Ladekabel)
- Tablet /Laptop (Ladekabel)
- Kopfhörer
- Reiseunterlagen
- Ausweispapiere
- Führerschein

### VOR DER ABREISE BESORGEN

- Reiseapotheke zusammenstellen (auf Zielland abstimmen, Ihr Apotheker berät Sie sicher gerne): Dauermedikamente, Schmerztabletten, Sonnenbrandcreme, Medikamente gegen Übelkeit/Magenbeschwerden, Durchfall, Verstopfung, Erkältung, Fieber, Heftpflaster, elastische Binde, Desinfektionsmittel, Pinzette, Schere, Insektenschutz, Fieberthermometer
- Abfahrts-/Ankunftszeiten der Reise prüfen
- Rezepte für Medikamente besorgen
- Reisepapiere und Pass nicht im Koffer aufbewahren
- Verwandten/Bekanntem die Urlaubsadresse hinterlassen
- Notruf Tel. Nr. (bei längeren Auslandsaufenthalten) hinterlegen
- Reiseversicherungen abschließen (Reiserücktritt-, Gepäckversicherung, etc.)
- Adresse der österreichischen Botschaft notieren
- Tel. Nr. für Kreditkartensperre und Reiseversicherung notieren
- Lebensmittellieferungen abbestellen
- Informationen über die Stromspannung am Urlaubsort einholen
- Wertsachen diebstahlsicher deponieren

### FINANZEN

- Eventuell Devisen besorgen
- Kreditkarten/EC-Karte auf Gültigkeit prüfen
- Eventuell Reiseschecks besorgen
- Sperrnummern diverser Karten notieren
- letzte Rechnungen bezahlen

# BURMA/MYANMAR

## REISECHECKLISTE



### VOR DER ABREISE HAUS UND WOHNUNG

- Alle elektrischen Geräte ausschalten, Kühlschrank evtl. abtauen
- Auto sicher abstellen
- Gas, Wasser, Heizung Strom abdrehen bzw. Zeitschalter einstellen
- Fenster und Türen schließen, Mülleimer leeren
- Mülltonnen rund ums Haus entfernen (Einstiegshilfe für Einbrecher)
- Versorgung für Blumen und Garten, Haustiere, Post organisieren
- Schlüssel und Adresse hinterlassen
- Geräte, die auf Stand-by geschaltet sind, ganz ausschalten

### AM POOL UND AM STRAND

- Badehose, Badeanzug, Bikini
- Badeschuhe
- Strandmatte/Klappstuhl
- Badetücher und Handtücher
- Schwimmhilfe
- Taucherbrille, Schnorchel und Flossen
- Spiele
- Sonnenmilch

### WAS NEHME ICH MIT?

- Kleidung für besondere Anlässe
- Regenschutz, Sonnenhut / Sonnenbrille
- Sportausrüstung, Badeschuhe
- Kosmetika / Sonnenschutz
- Kontaktlinsenpflege, Ersatzbrille und Brillenetui
- Kofferanhänger/Kofferschlüssel
- Schreibzeug, Adressenverzeichnis für Ansichtskarten
- Reisewaschmittel, Reisebügeleisen
- Taschenlampe, Taschenmesser/Korkenzieher
- Uhr/Wecker, Fön, Reiseadapter
- Streichhölzer / Feuerzeug, kleines Nähset
- Fotoausrüstung, Ladegerät für Handy
- Reiseliteratur/Kartenmaterial
- Steckdosenadapter für das Reiseziel
- Handy + Ladegerät (Bei Auslandsreisen: Informationen einholen, ob es dort funktioniert oder evtl. eine Freischaltung notwendig ist – insbesondere bei Kartenverträgen)
- Taschenmesser (nicht im Handgepäck!)
- Geldversteck, z.B. Brustbeutel, Bauchtasche oder Geldgürtel
- Sportgeräte
- Toilettartikel
- Haartrockner
- Handtücher, Taschentücher
- ggf. Zahnspange, Zahnspangen-Etui
- Tipp: Alles, was auslaufen kann, in Plastiktüten verpacken
- Spiele und Bücher

### GESUNDHEITSVORSORGE

- Durchfallmittel (Kohletabletten)
- Schmerztabletten
- Medikamente gegen Erkältungskrankheiten
- Mittel gegen Reisekrankheit
- Salbe zur Linderung von Insektenstichen, Sonnenbrand, Verstauchungen und Prellungen
- Verbandpäckchen, Mullbinden, Pflaster, elastische Binden
- Desinfektionsmittel
- Einmalhandschuhe
- Fieberthermometer
- Verhütungsmittel
- Gehörschutz
- Sonnenschutz
- Insektenschutz

### BABYS UND KIDS

- Spielzeug, Bücher
- Rückentrage/Schwimmhilfe für Kinder
- Spezialnahrung, Medizin, Windeln
- Spezialsonnenschutz für Kinder

## WEITERE INFORMATIONEN ZU IHREM BURMA/MYANMAR-URLAUB

 REISEZIELE, HOTELS UND RUNDREISEN IN BURMA/MYANMAR  
[www.taipan.at/Reiseziel/Burma-Myanmar](http://www.taipan.at/Reiseziel/Burma-Myanmar)

 VISABESTIMMUNGEN FÜR BURMA/MYANMAR  
[www.taipan.at/Visainformationen/Visum-Myanmar](http://www.taipan.at/Visainformationen/Visum-Myanmar)

 SEHENSWÜRDIGKEITEN IN BURMA/MYANMAR  
[www.taipan.at/Reiseziel/Burma-Myanmar/Sehenswürdigkeiten](http://www.taipan.at/Reiseziel/Burma-Myanmar/Sehenswürdigkeiten)

 IMPFUNGEN FÜR BURMA/MYANMAR  
[www.taipan.at/Reiseimpfungen/Impfungen-Myanmar](http://www.taipan.at/Reiseimpfungen/Impfungen-Myanmar)

 TAI PAN BLOG: BURMA/MYANMAR-REISEBERICHTE  
[www.taipan.at/Blog/Reiseberichte-Burma](http://www.taipan.at/Blog/Reiseberichte-Burma)

 REISEVERSICHERUNG FÜR BURMA/MYANMAR  
[www.taipan.at/Reiseversicherung](http://www.taipan.at/Reiseversicherung)

## WAS SIE IN BURMA/MYANMAR UNBEDINGT BEACHTEN SOLLTEN

### KLEIDUNG

Wenn sie ein religiöses Gebäude betreten, sollten Ihre Füße ausnahmslos unbekleidet sein, Schuhe und Socken bleiben draußen. Ihre Kleidung sollte der Bedeutung des Ortes angemessen: kurze Hosen tragen fast nur Rikscha-Fahrer und Kinder. Die in Myanmar herrschende strenge hierarchische Ordnung drückt sich auch durch die Wahl der Kleidung aus. Wenn der vermeintlich reiche Tourist in unordentlicher Kleidung herumläuft, führt das schnell zu Unverständnis. Gehen sie mit nacktem Oberkörper oder auch nur im Unterhemd spazieren, erwecken Sie automatisch den Eindruck von Armut.

Wenn einheimische Frauen baden gehen, so tun sie das vollständig bekleidet. Auch zu Hause wird niemand nackt durch die Wohnung spazieren, selbst wenn es sich um einen Ein-Personen-Haushalt handelt.

### BEGRÜSSUNG

In Burma ist es nicht üblich, sich die Hände zu reichen. Eine kleine Verbeugung ist die bessere Wahl.

### GESPRÄCHE MIT EINHEIMISCHEN

Ausgeglichenheit und Ruhe sind oberstes Gebot, – ein cholerisches Verhalten wird hier auf sehr großen Widerstand stoßen. Seinen Gefühlen freien Lauf zu lassen, wird in der Öffentlichkeit nicht gerne gesehen. Das die Burmesen die Dinge auf sich zukommen lassen, ist ein weiteres Beispiel ihrer Gelassenheit. Sollte es länger dauern, bis man an der Reihe ist, dann ist es eben so. Das Verlieren von Geduld ist gleichbedeutend mit dem Verlust von Ansehen!

### EINLADUNGEN UND UMGANGSFORMEN

Eine Privatwohnung betritt man grundsätzlich ohne Schuhe. Mit dem Finger auf jemanden zu zeigen oder gar seinen Kopf zu berühren gilt in Burma als absolutes Tabu. Strecken sie auch niemandem den Fuß entgegen, wenn sie auf dem Boden sitzen. Mit der Hand zu winken stellt weniger ein Problem dar, allerdings sollten sie darauf achten, die Handflächen nach unten schauen zu lassen. Mehr Zärtlichkeit als Händchenhalten sollte man in Myanmar in der Öffentlichkeit unterlassen.

### TISCHSITTEN

In Burma benutzt man zum Essen grundsätzlich die Hand. Man nimmt mit den Fingerspitzen einen Bissen Reis und nimmt dann das Curry oder den Salat auf. Durch die Nähe zu Thailand sind Löffel und Gabel auch hier bereits weit verbreitet. Aufgrund des chinesischen Einflusses werden bei Nudelgerichten Stäbchen gereicht.

### TRINGELD

Als Ausländischer Besucher können sie in Burma Unterstützung erwarten, ohne das eine Gegenleistung erwartet würde. Das bedeutet aber nicht, das die helfende Person sich nicht über eine kleine Gabe oder eine dankbare Geste freut. Trinkgelder werden freiwillig gegeben und sollten sich in ihrer Höhe nach der Zufriedenheit richten. In Hotels und Restaurants sind zwischen fünf und zehn Prozent der Rechnung üblich. Mit Ausnahme von lokalen Tea Shops, wo kein Trinkgeld erwartet wird.

### FOTOGRAFIEREN

Es ist sicherlich immer eine gute Idee, vor dem Fotografieren von Menschen diese um Erlaubnis zu fragen. In extrem abgelegenen Gegenden, wo Technologie so gut wie unbekannt ist, sollte man damit eher vorsichtig sein. Das Fotografieren von Uniformträgern sowie militärischen Einrichtungen sollte man sicherheitshalber unterlassen.