

# Ontwikkelingswerk checklist



## De basics

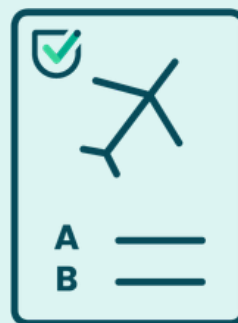
- ☐ Paspoort (controleer geldigheid)
- ☐ Reisverzekering
- ☐ Contant geld + bankpas/creditcard
- ☐ Aansprakelijkheidsverzekering indien vereist
- ☐ Eventueel visum of werkvergunning
- ☐ Contactgegevens van thuisblijvers
- ☐ Adressen en telefoonnummers van projectlocaties en accommodaties

## Elektronica

- ☐ Telefoon
- ☐ Opladers
- ☐ Powerbank
- ☐ Wereldstekker
- ☐ USB-stick of externe harde schijf
- ☐ Laptop of tablet
- ☐ Eventueel kleine camera of GoPro

## Gezondheid & vaccinaties

- ☐ Controle of basisvaccinaties up-to-date zijn (DTP, BMR)
- ☐ Aanbevolen reisvaccinaties afhankelijk van bestemming (hepatitis A/B, buiktyfus, rabiës, tuberculose)
- ☐ Malaria-advies (tabletten of noodmedicatie)
- ☐ Bescherming tegen muggen (DEET, bedekkende kleding)
- ☐ Medicijnenpaspoort of doktersverklaring
- ☐ Persoonlijke medicatie (voldoende voorraad)
- ☐ EHBO-kit en basisgeneesmiddelen
- ☐ Maak bij voorkeur **6-8 weken voor vertrek** een afspraak bij Vaccinatiepunt



## EHBO & medische benodigdheden

- ☐ Pleisters, steriele gaasjes en wondstrips
- ☐ Desinfectiemiddel
- ☐ Elastisch verband of zwachtel
- ☐ Pijnstillers
- ☐ Eventueel EpiPen of andere specifieke medicatie
- ☐ Thermometer
- ☐ Persoonlijke noodmedicatie
- ☐ Antihistaminica
- ☐ ORS (orale rehydratiezouten)

## Kleding & schoeisel

- ☐ Comfortabele, stevige schoenen of wandelschoenen
- ☐ Extra sokken (tegen blaren)
- ☐ Luchtige, ademende kleding
- ☐ Lange broeken en shirts met mouwen (tegen zon, muggen en hygiëne)
- ☐ Warme laag voor avonden of koelere ruimtes
- ☐ Regenjas of poncho
- ☐ Hoed of pet tegen de zon
- ☐ Slippers of sandalen



## Handige extra's

- ☐ Herbruikbare waterfles
- ☐ Sneldrogende handdoek
- ☐ Slotje voor bagage
- ☐ Wasmiddel (klein formaat)
- ☐ Notitieboekje en pen
- ☐ Snacks voor onderweg
- ☐ Kleine rugzak of daypack
- ☐ Zaklamp of hoofdlamp
- ☐ Blarenpleisters of voetverzorgingsset

## Tip:

Laat je vooraf adviseren over vaccinaties en gezondheidsrisico's die passen bij jouw bestemming. Vaccinatiepunt kan je hierbij ondersteunen, zodat je veilig en goed voorbereid aan je ontwikkelingsproject begint.

—————> Plan op tijd je afspraak via **[www.vaccinatiepunt.nl](http://www.vaccinatiepunt.nl)**