GLADEDAGE · GRATIS MINIGUIDE

Rejseforberedelse på 20 minutter

En kort, rolig rækkefølge til dagen, før du rejser.



FIND, HVAD DU SKAL BRUGE

Indhold

START DIN REJSEFORBEREDELSE

Hurtig vej: Start med Rejseforberedelse App 3
Vigtig note om rejseregler og sikkerhed 5
Hvorfor dagen før en rejse føles hektisk 8

REJSEFORBEREDELSENS METODE

De 5 grupper af rejseforberedelse 11
Rejseforberedelse på 20 minutter: rækkefølgen af trin 17
Rejsedokumenter: hvad du skal samle og kopiere 20

PAKNING, AFTEN OG REJSEDAG

Rejsetasken: en pakkestart på 20 minutter 27
Aftenen før din rejse 41
Rejsedagen: en rejseplan på én side 44

DIN REJSEPLAN OG APPEN

Rejseforberedelse App 56
Afsluttende tjekliste: Rejseforberedelse på 20 minutter 58
Kilder til vejledningen om rejseforberedelse 61

KOM I GANG

Hurtig vej: Start med Rejseforberedelse App



Er din rejse tæt på, og bliver listen i dit hoved ved med at vokse, kan Rejseforberedelse App hjælpe dig i gang nu.

FORTSAT

Du svarer på 5 spørgsmål om din rejse, og appen giver dig en rejseplan med 5 trin. Trinene følger samme rækkefølge som denne guide: dokumenter, penge og telefon, taske, hjem og den dag, du rejser.

I appen kan du også gemme favoritter og lave personlige noter, så din app bliver tilpasset med dine egne noter og personlige præferencer.

Du kan oprette 2 komplette personlige rejseplaner gratis.

Læs først «Vigtig note om rejseregler og sikkerhed». Brug derefter appen til en rejseplan, eller fortsæt med at læse, og lær metoden i dit eget tempo.

Åbn appen

https://guides.gladedage.dk/rejse/

EN ENKEL BEMÆRKNING

Vigtig note om rejseregler og sikkerhed



Denne guide giver almindelige råd om at gøre dig klar til en rejse i en rolig rækkefølge. Den er generel information. Den erstatter ikke de officielle sider, der står til sidst.

FORTSAT

Den lover ikke, at din rejse forløber problemfrit. Den giver ingen regler for visum, told, håndbagage eller flyselskaber. Den giver ingen råd om helbred, vacciner, medicin eller forsikring. Den giver ingen priser og ingen egne frister.

Rammen på 20 minutter er guidens egen idé. Den er en måde at gøre starten lille på. Den kommer ikke fra en officiel kilde.

Denne guide læner sig op ad 2 sider fra Udenrigsministeriet om rejser til udlandet. Den ene lister, hvad du skal huske, før du rejser til udlandet, og den anden fortæller, hvad du gør, hvis noget bliver væk eller stjålet.

FORTSAT

Hver gang guiden siger det samme som de sider, skriver den «ifølge Udenrigsministeriet». Alt andet er guidens eget forslag, og det siger den.

Hvad du må have med gennem sikkerhedskontrollen i en lufthavn, har denne guide ikke set på en dansk myndigheds side. Derfor giver den ingen regler for lufthavnen. Tjek selv reglerne på din lufthavns og dit flyselskabs egne sider, før du pakker.

Denne guide og appen beder dig aldrig om et pasnummer, et kortnummer, et CPR-nummer eller en adgangskode. Lad være med at skrive dem i nogen af dem.

Du behøver aldrig at lave et trin, der føles forvirrende. Passer et trin ikke til din rejse, så spring det over, og gå videre til et andet.

KOM I GANG

Hvorfor dagen før en rejse føles hektisk



Dagen før en rejse er sjældent rolig. Tasken er halvt pakket, opladeren er et sted, og du kan ikke huske, om du låste bagdøren sidste gang.

FORTSAT

Hver opgave er lille. Problemet er, at de alle kommer på én gang, og at ingen fortæller dig, hvilken der kommer først. Så dit sind holder dem alle åbne, og det er det, der får aftenen til at føles hektisk.

Denne guide gør ikke opgaverne mindre. Den gør noget enklere. Den får dem ud af dit hoved og over på én side, og derefter sætter den dem i en rækkefølge.

Du behøver ikke være et organiseret menneske for at gøre det. Du skal bruge en kuglepen, et stykke papir og cirka 20 minutter.

FORTSAT

Her er, hvad du kan forvente af guiden. Først en hurtig måde at skrive hver opgave ned på. Dernæst en måde at sortere opgaverne i 5 grupper. Så en kort rækkefølge af trin.

Derefter er der afsnit om dokumenter, penge og telefon, tasken, hjemmet, en udlandsrejse, aftenen før, den dag, du rejser, og de første minutter, efter du er kommet hjem.

De 20 minutter er en startramme og ikke et løfte om, at hele rejsen er klar på 20 minutter. Det betyder, at én kort omgang er nok til at vide, hvad der kommer næst.

DE 5 GRUPPER AF REJSEOPGAVER

De 5 grupper af rejseforberedelse



Næsten alle rejseopgaver passer ind i en af 5 grupper. Denne gruppering er guidens egen idé. Den er ikke en officiel liste.

1. Dokumenter. De papirer og kort, du skal have med, og de kopier, du gemmer.

FORTSAT

2. Penge, telefon og opladere. Hvordan du betaler, hvordan du holder kontakten, og hvordan du holder dine enheder i gang.

3. Tasken. Hvad du pakker, hvad du lader blive hjemme, og hvordan du bærer det.

4. Dit hjem når du er ude og rejse. Det, du gør, før du rejser, så du ikke bekymrer dig om det undervejs.

5. Rejsedagen. Tidspunktet, du rejser, hvordan du kommer derhen, og hvad du har inden for rækkevidde.

Når du har en opgave og ikke ved, hvor den hører til, så stil ét spørgsmål: Hvad har denne opgave brug for?

FORTSAT

Hvis den har brug for et papir, hører den under dokumenter. Hvis den har brug for et kort eller en oplader, hører den under penge, telefon og opladere.

Hvis den har brug for en taske, hører den under tasken. Hvis den har brug for en dør eller et vindue, hører den under hjemmet. Hvis den har brug for et ur, hører den under rejsedagen.

Du kan bruge andre navne til grupperne. En gruppe er kun et sted at lægge en opgave, så du kan se den senere.

Passer en opgave ind i 2 grupper, så læg den i den, der føles mest naturlig, og gå videre.

METODEN

Din opgaveliste til rejsen på 20 minutter



At lave en opgaveliste betyder at skrive alle de rejseopgaver ned, du kan komme i tanke om, uden at sortere dem. Sæt et stopur til 20 minutter. Denne ramme er guidens egen.

FORTSAT

Tag et stykke papir, eller åbn noterne på din telefon. Skriv én opgave på hver linje. Sæt dem ikke i rækkefølge. Du skal ikke bekymre dig om, hvorvidt en opgave er stor eller lille.

Går du i stå, så gå din rejse igennem i tankerne. Tænk på vejen derhen. Tænk på, hvor du skal sove. Tænk på vejen hjem.

Du kan også se på de 5 grupper. Spørg: Hvad er der stadig åbent under dokumenter? Under penge, telefon og opladere? Under tasken? Under hjemmet? Under rejsedagen?

FORTSAT

Når stopuret ringer, så stop. Du har en liste. Den bliver ikke komplet, og det er fint. Du kan tilføje til den senere.

Tag nu en kuglepen og skriv et bogstav ved hver opgave for dens gruppe: D for dokumenter, P for penge og telefon, T for tasken, H for hjemmet og R for rejsedagen.

Du har lige gjort det sværeste. Opgaverne er ude af dit hoved. Nu kan du se dem.

Hvis du vil, kan appen sortere for dig. Du svarer på 5 spørgsmål, og den giver dig en rejseplan. Du kan stadig beholde din papirliste ved siden af.

METODEN

Rejseforberedelse på 20 minutter: rækkefølgen af trin



ÉN LISTE - ÉN TASKE - ÉN AFTEN FØR - 20 MINUTTER

FORTSAT

Her er den rækkefølge, som denne guide foreslår. Det er guidens egen rækkefølge. Den kommer ikke fra en officiel kilde, og du kan ændre den, så den passer til din rejse.

1. **Dokumenter først.** De tager mindst tid, og de koster mest, hvis du glemmer dem.

2. **Penge, telefon og opladere som nummer 2.** Skriv ned, hvordan du betaler, og hvordan du holder kontakten.

3. **Tasken som nummer 3.** Start med de ting, du ikke skal bruge, før du rejser.

FORTSAT

4. **Dit hjem når du er ude og rejse som nummer 4.** Lav en kort liste over døren, vinduerne og alt, der skal passes, mens du er væk.

5. **Rejsedagen som nummer 5.** Lav en rejseplan på én side for den dag, du rejser.

Du behøver ikke gøre et trin færdigt, før du går i gang med det næste. De overlapper. Men er du i tvivl om, hvor du skal starte, så start øverst.

Tag din opgaveliste frem og se på den igen. Skriv ved siden af hver opgave nummeret på det trin, den hører til. Vælg derefter 3 opgaver fra trin 1 eller trin 2, og gør én af dem i dag.

De næste afsnit gennemgår trinene ét ad gangen.

REJSEDOKUMENTER

Rejsedokumenter: hvad du skal samle og kopiere



Start med papirerne. Ifølge Udenrigsministeriet bør du medbringe en fysisk kopi af vigtige personlige dokumenter og opbevare dem et sikkert sted.

FORTSAT

Denne guide bruger den samme idé til enhver rejse.

Ifølge Udenrigsministeriet bør du for eksempel have kopier af dit pas, det blå EU-sygesikringskort, hvis du rejser til et EU/EØS-land eller Schweiz, et privat rejsesygeforsikringskort eller forsiden af din forsikringspolice, dit kreditkort og dit kørekort.

Skal du køre selv, bør du ifølge Udenrigsministeriet tjekke, om du skal have et internationalt kørekort, og have de nødvendige dokumenter om bilen med.

Ikke alle punkter gælder for dig. Læs listen, og streg de punkter ud, der ikke passer til din rejse. Denne guide siger ikke, hvilke du har brug for. Den siger heller ikke selv, hvor længe dit pas skal være gyldigt.

FORTSAT

Ifølge Udenrigsministeriet kræver visse lande dog, at dit pas er gyldigt i mindst 6 måneder efter hjemrejsedatoen. Tjek den officielle side for din rejse.

Til en rejse i Danmark er listen kortere. Denne del er guidens eget forslag. Tænk på din legitimation, dine billetter, dine bookingnumre og adressen på det sted, hvor du skal bo.

Her er en lille handling til 20 minutter. Læg dine dokumenter i én mappe eller ét etui. Skriv på et kort, hvad der ligger i mappen eller etuiet. Tag et foto af hver side, og gem billederne, hvor du kan finde dem.

Skriv ikke dit pasnummer eller dine kortnumre ind i en note. Denne guide og appen beder aldrig om dem.

PENGE, TELEFON OG OPLADERE

Rejsepenge, telefon og opladere: en kort liste



Denne del er guidens egen liste. Din liste kan være kortere eller længere.

Penge. Skriv ned, hvordan du vil betale for ting på rejsen. Opbevar ét kort et andet sted end de andre.

FORTSAT

Denne guide giver ingen egne råd om banker, gebyrer eller veksling.

Ifølge Udenrigsministeriet kan du medbringe et ekstra kreditkort, hvis du mister eller ikke kan bruge dit kreditkort. Du kan ifølge Udenrigsministeriet ikke regne med, at du kan veksle danske kroner til lokal valuta i alle lande.

Telefon. Tjek, at din telefon har plads til fotos og kort. Skriv telefonnumrene på 2 personer ned, som du måske får brug for at ringe til.

Gem dem også på papir, hvis telefonen bliver væk. Ifølge Udenrigsministeriet bør du huske din MitID-kodeviser, kodeoplæser eller chip, hvis du ikke har MitID-appen.

FORTSAT

Opladere. Samle opladerne, kablerne og den lille powerbank, hvis du har en. Læg dem i ét etui.

Powerbank og fly. Vær opmærksom på, at der er strenge regler for, hvor store powerbanks du må tage med på en flyrejse.

Ifølge Københavns Lufthavn skal en powerbank med i håndbagagen og ikke i den indcheckede bagage. Den må højst være på 160 watttimer (Wh), og er den på mere end 100 Wh, skal dit flyselskab give tilladelse, før du rejser.

Tallet i Wh står som regel på selve powerbanken. Flyselskaberne kan have egne regler, for eksempel for, hvor mange powerbanks du må have med, og om du må bruge dem om bord. Tjek dit flyselskabs egne sider, før du pakker.

FORTSAT

Stik. Rejser du til udlandet, så se på stiktypen på det sted, du skal til. Denne guide siger ikke, hvilken du har brug for.

Stil 2 spørgsmål til hver af dem. Hvad har jeg brug for på rejsen? Hvor er det, når jeg skal bruge det?

Skriv hver ting på en linje med en kort note: «i tasken», «i min lomme» eller «hjemme».

Se derefter på den dato, du rejser. Tænk over, hvilke ting du får brug for den første dag. Markér dem først.

Skriv ikke et kortnummer eller en adgangskode på listen. Listen er kun en påmindelse, og den, der finder den, skal ikke kunne lære noget af den.

METODEN

Rejsetasken: en pakkestart på 20 minutter



Pakning er en stor opgave, så denne guide giver den en lille start. Rammen på 20 minutter er guidens egen. Den er ikke en officiel regel.

FORTSAT

Sæt et stopur til 20 minutter. Tag en tom taske, og sæt den, hvor du kan se den. Åbn noterne på din telefon, eller tag et stykke papir.

Skriv først de dage ned, du er væk. Skriv derefter de 3 steder, hvor du er det meste af tiden. Tænk så over, hvilket tøj du bruger på hvert sted.

Læg nu de ting i tasken, du ikke skal bruge, før du rejser. En ekstra oplader. En bog. En lille pose til snavsetøj. Lad de ting, du bruger hver dag, vente til rejsedagens morgen.

FORTSAT

Her er et par enkle idéer til tasken. De er guidens egne forslag.

- Pak efter sted, ikke efter ting. Ét lille etui til tingene fra badeværelset, ét til opladerne.

- Hav de ting, du måske får brug for undervejs, i en taske, der er nem at komme til.

- Lad der være lidt plads til hjemturen.

- Løft ikke noget, der føles for tungt for dig. Bed om hjælp.

Tjek selv reglerne for håndbagage på din lufthavns og dit flyselskabs egne sider. Denne guide har ikke set dem på en dansk myndigheds side, så den giver ingen regler.

HJEMMETJEK FØR REJSEN

Hjemmetjek før rejsen: hvad du gør, før du låser døren



Et hjemmetjek er en kort liste over døren og rummene, så du ikke tænker på huset, mens du er væk. Denne liste er guidens egen.

Sæt et stopur til 10 minutter, og gå hjemmet igennem med din note.

FORTSAT

Døre og vinduer. Se på hver enkelt. Luk og lås det, du plejer at låse.

Lys og apparater. Sluk det, du ikke skal bruge. Se på køkkenet endnu én gang.

Køleskabet. Brug den mad op, der ikke kan holde sig, eller læg den, hvor du kan finde den.

Affald. Tag det med ud, før du rejser.

FORTSAT

Posten. Bed en, du stoler på, om at kigge til den, eller tænk over, hvad du vil gøre med den.

Planter og kæledyr. Skal en anden passe dem, så skriv ned, hvad vedkommende skal vide. Læg sedlen, hvor vedkommende kan se den.

En ekstra nøgle. Har en anden en, så skriv ned, hvem.

Tag ét foto af hvert rum, før du rejser. Det er guidens egen idé. Det hjælper dig med at huske, hvordan tingene var.

Denne guide giver ingen råd om sikkerhedssystemer, forsikring eller alarmer. Er du i tvivl om et sikkerhedsspørgsmål, så spørg en fagperson.

REJSE TIL UDLANDET

Rejseforberedelse til en udlandsrejse: hvad den officielle side lister



Går din rejse til udlandet, har Udenrigsministeriet en tjekliste før rejsen, som denne guide samler i 5 trin. Dette afsnit fortæller, hvad den side lister. Det lægger ikke noget til den, og det erstatter den ikke.

FORTSAT

Ifølge Udenrigsministeriet er punkterne på tjeklisten disse; guiden har samlet dem i 5 trin.

1. **Lær om dit rejsemål.** Læs rejsevejledningen for det land, du rejser til, og sæt dig ind i de regler, der gælder på dit rejsemål.

2. **Tilmeld dig Danskerlisten.** Siden siger, at du kan hente Udenrigsministeriets app Rejseklar og tilmelde dig Danskerlisten for det land, du rejser til.

3. **Samle dine rejsedokumenter.** Tjek i god tid reglerne for pas og visum, og tag kopier med, som beskrevet i afsnittet om dokumenter.

FORTSAT

4. **Gennemgå dine rejsebehov.** Siden nævner vaccinationer, regler om indrejse med medicin, MitID, kreditkort og kontanter samt kørekort.

5. **Tænk på rejseforsikring.** Siden siger, at du altid skal huske rejseforsikring, også i et land, hvor det blå EU-sygesikringskort dækker dig.

Ifølge Udenrigsministeriet bør du altid medbringe dit blå EU-sygesikringskort, hvis du rejser til et EU/EØS-land eller Schweiz.

Ifølge Udenrigsministeriet dækker kortet ikke sygetransport til behandling på et dansk hospital. Ifølge Udenrigsministeriet bør du sørge for, at din rejseforsikring dækker dit opholdsland og de aktiviteter, du har planlagt.

FORTSAT

Denne guide giver ingen råd om helbred, vacciner, medicin eller forsikring. Den fortæller dig kun, at den officielle side har disse punkter. Læs den officielle side for detaljer.

Udenrigsministeriet har også en side om tab og tyveri under rejsen, for eksempel hvis et pas er mistet eller stjålet. Linket står i kilderne til sidst.

Mister du dit pas i udlandet, bør du ifølge Udenrigsministeriet anmelde tabet til det lokale politi og få en kvittering eller politirapport, som du kan fremvise, når du søger om et nødpas.

FORTSAT

Du bør ifølge Udenrigsministeriet også kontakte den nærmeste danske ambassade eller det nærmeste konsulat og aftale tid til at få udstedt et nødpas. Mister du et kreditkort, bør du ifølge Udenrigsministeriet spærre det med det samme og anmelde tabet til politiet.

Mister du din telefon, bør du ifølge Udenrigsministeriet bruge lokaliseringsfunktionen for eventuelt at finde den og kontakte dit teleselskab for at få spærret dit SIM-kort.

Regler ændrer sig. Tjek den officielle side, før du rejser.

BØRN, KÆLEDYR OG REJSEFÆLLE

Rejseforberedelse med børn, kæledyr eller rejsefælle



En rejse er lettere, når alle ved, hvad der sker. Dette afsnit er guidens eget sæt af idéer, og det dækker kun små, praktiske ting.

FORTSAT

Med børn. Lad hvert barn vælge én lille ting at bære. Fortæl dem med enkle ord, hvor I skal hen, og hvad der sker først. Hav et par yndlingsting inden for rækkevidde.

Med kæledyr. Bliver et kæledyr hjemme, så skriv ned, hvad den, der passer det, skal vide. Tager du et kæledyr med, så hold dets vante ting samlet i én taske.

Ifølge Udenrigsministeriet kan der også være regler om indrejse med kæledyr. Denne guide giver ingen råd om helbred eller rejser med dyr. Spørg din dyrlæge, hvis du har spørgsmål.

Med en rejsefælle. Del opgavelisten. Skriv hver persons navn ved de opgaver, vedkommende tager. Vælg et tidspunkt, hvor I ser på listen sammen i 10 minutter.

FORTSAT

Rejser du alene, kan du stadig bede én om at være din hjælper. Giv vedkommende én klar opgave, for eksempel at tjekke døren sammen med dig.

Hvis nogen ikke vil hjælpe, er det i orden. Vælg de små opgaver, vedkommende kan klare, og gør resten selv.

Udenrigsministeriets tjekliste nævner, at der kan være regler om indrejse med børn, som du ikke har eneforældremyndighed over. Denne guide fortæller dig kun, at punktet står på den officielle side.

Guiden giver ingen råd om familieforhold eller juridiske forhold.

TRIN FOR TRIN

Aftenen før din rejse



Aftenen før er lettere, når det meste af tasken er pakket, og listen er kort. Dette afsnit er guidens egen rejseplan.

FORTSAT

Tjek listen. Se på din opgaveliste. Streg ud, hvad der er gjort. Sæt en cirkel om de 5 opgaver, der er tilbage, og som betyder mest.

Tjek dokumenterne. Ligger de i mappen eller etuiet? Ligger mappen i den taske, du skal bære?

Tjek telefon og opladere. Oplad det, du har brug for. Læg opladerne i tasken.

Pak de sidste ting. De ting, du bruger hver dag, for eksempel din tandbørste, kommer sidst i.

FORTSAT

Læg det tøj frem, du skal bruge på rejsedagen.

Se på hjemmet. Gå det igennem én gang med din note.

Stil vækkeuret. Skriv det tidspunkt, du rejser, på et kort, og læg det, hvor du ser det om morgenen.

Intet af dette er en officiel regel. Det er en måde at holde aftenen rolig på. Kan du ikke nå det hele, så gør de første 2, og lad resten ligge.

Er en opgave for meget, så bed en anden om hjælp til den. Du må gerne spørge.

Så stop. Listen er klar, og en udhvilet morgen er mere værd end endnu et tjek.

TRIN FOR TRIN

Rejsedagen: en rejseplan på én side



En rejsedag er lettere med en rejseplan på én side. Rejseplanen er guidens egen. Skriv den på ét enkelt ark, og hav det, hvor du kan nå det.

Øverst skriver du datoen og det sted, du skal hen.

FORTSAT

Dernæst skriver du tidspunkterne. Hvornår rejser du hjemmefra? Hvornår skal du være der? Hvordan kommer du derhen?

Derefter skriver du 3 lister.

1. **Før du rejser:** tjek døren og vinduerne, sluk lyset, tag affaldet med ud, og se på tasken endnu én gang.

2. **I din lomme eller taske:** dine dokumenter, din telefon, din oplader, dit betalingskort, dine nøgler og en flaske vand.

FORTSAT

3. **Når du ankommer:** læg dokumenterne tilbage i etuiet, og oplad telefonen.

Nederst skriver du navne og telefonnumre på 2 personer, du kan ringe til, hvis noget går galt.

Guiden siger ikke, hvad du skal gøre ved regler hos flyselskaber og togselskaber, tider for indtjekning eller sikkerhedskontrol. Se på hjemmesiden for det selskab, du rejser med.

Hvis noget går galt på dagen, så træk vejret dybt. Vælg det næste lille skridt på rejseplanen, og gør det.

METODEN

Hjemme igen: dine første 15 minutter efter en rejse



Når du kommer hjem, behøver du ikke pakke alt ud. Dette afsnit giver dig en kort start. Rammen på 15 minutter er guidens egen.

Sæt et stopur til 15 minutter, og gør disse 4 ting i denne rækkefølge.

FORTSAT

1. **Læg dokumenterne på plads.** Læg mappen eller etuiet, hvor det hører hjemme.

2. **Sæt telefon og opladere til opladning.** Tag dem op af tasken nu, så de ikke bliver væk.

3. **Se på hjemmet.** Tjek posten, køleskabet og planterne. Skriv, hvad der skal gøres.

4. **Se på din liste.** Skriv 3 opgaver til i morgen, og læg resten væk.

FORTSAT

Det er nok for den første aften. Du behøver ikke pakke tasken ud i aften.

I de næste dage kan du vende tilbage til listen. Vask det, der skal vaskes. Se på billederne. Skriv én ting ned, du ville gøre anderledes næste gang.

Her er en lille idé, som er guidens egen. Gem din opgaveliste. Næste gang starter du med en liste, der allerede er halvt færdig.

Appen kan gøre denne liste til en rejseplan for din næste rejse.

REJSETING, DER BLIVER GLEMT

Rejseting, der bliver glemt



Nogle ting er lette at glemme på en rejse. Denne liste er guidens eget sæt af påmindelser. Den er ikke officiel, og noget af den gælder måske ikke for dig.

- **Opladere og kabler.** Tjek etuiet, før du rejser.

FORTSAT

- **Nøgler.** Bestem, hvem der har en ekstra, og hvor dine skal være.

- **Briller og hverdagsting.** Læg dem, hvor du ser dem om morgenen på rejsedagen.

- **Adressen.** Skriv på papir, hvor du skal bo.

- **Telefonnumre.** Skriv 2 ned på papir.

- **Betalingskort.** Tjek, at det kort, du vil bruge, ligger i din pung.

FORTSAT

- **En lille pose til snavsetøj.** Den er let at glemme på vejen hjem.

- **En flaske og en snack.** Læg dem, hvor du kan nå dem.

Vælg de 3, der gælder for dig, og skriv dem øverst på din liste.

Kommer du i tanke om noget i sidste øjeblik, så skriv det ned med det samme. Prøv ikke at huske det.

Guiden siger ikke, hvad du skal gøre med hver enkelt ting, fordi det afhænger af dig. Den hjælper dig kun med at huske.

Kommer du først i tanke om noget senere, er det normalt. Skriv det på listen, og gør det, når du kan.

HVOR DU KAN BEGYNDE

Når din rejseforberedelse ikke holder



Rejseplaner ændrer sig. Et tidspunkt flytter sig. Din transport er forsinket. En taske er ikke klar. Dette afsnit er til de dage. Idéerne er guidens egne.

FORTSAT

Når du løber tør for tid. Se på din liste, og vælg de 3 opgaver, der betyder mest. Dokumenter, telefon og hjemmet kommer først. Lad resten vente.

Når nogen melder afbud. Spørg en anden, eller del opgaven op i mindre dele.

Når tidspunktet flytter sig. Ret tiderne på din side. Se igen på rejseplanen på én side. Tjek, at hvert trin stadig passer.

FORTSAT

Når du ikke kan finde noget. Kig først i etuiet. Tjek listen over det, du har pakket. Kig igen de steder, hvor det er mest sandsynligt, at du har lagt det.

Når du føler dig overvældet. Stop. Tag 15 minutter. Gør én lille ting fra listen, og hvil dig så.

Guiden giver ikke juridisk rådgivning. Ændrer en booking, en billet eller en regel sig, så spørg selskabet eller den officielle side.

En rejseplan, der bøjer sig, er stadig en rejseplan. Du behøver ikke begynde forfra.

VALGFRI APP

Rejseforberedelse App

Denne guide forklarer metoden. Rejseforberedelse App gør den til en rejseplan for din rejse.

Du svarer på 5 spørgsmål om din rejse, og appen giver dig en rejseplan med 5 trin. Trinene følger samme metode som denne guide: dokumenter, penge og telefon, taske, hjem og rejsedagen.



FORTSAT

Appen giver ingen regler for visum, told eller håndbagage, og den lover ikke, at din rejse forløber problemfrit.

I appen kan du også gemme favoritter og lave personlige noter, så din app bliver tilpasset med dine egne noter og personlige præferencer.

Du kan oprette 2 komplette personlige rejseplaner gratis. Derefter beholder du den med en engangsbetaling på 60 kr inkl. moms. Der er intet abonnement og ingen fornyelse.

Appen beder aldrig om et pasnummer, et kortnummer eller en adgangskode.

Åbn appen

https://guides.gladedage.dk/rejse/

TJEKLISTE TIL SIDST

Afsluttende tjekliste: Rejseforberedelse på 20 minutter



- [ ] Jeg skrev mine rejseopgaver ned i en opgaveliste på 20 minutter.

- [ ] Jeg sorterede dem i de 5 grupper: dokumenter, penge og telefon, tasken, hjemmet og rejsedagen.

FORTSAT

- [ ] Jeg valgte de første 3 opgaver og gjorde én af dem.
- [ ] Jeg lagde mine dokumenter ét sted og tog kopier.
- [ ] Jeg skrev 2 telefonnumre ned på papir.
- [ ] Jeg pakkede de første ting i tasken på 20 minutter.
- [ ] Jeg gik hjemmet igennem med min note.

FORTSAT

- [ ] Jeg lavede en rejseplan på én side til den dag, jeg rejser.

- [ ] Jeg tjekkede de officielle sider for de regler, jeg var i tvivl om.

- [ ] Jeg ved, at denne guide ikke lover en problemfri rejse og ikke giver regler for visum, told eller lufthavne.

Udtrykket rejseforberedelse på 20 minutter betyder én kort omgang, hvor du skriver ned, sorterer og sætter i rækkefølge de opgaver, du har før en rejse, så det næste skridt altid er klart.

KILDER

Kilder til vejledningen om rejseforberedelse

Udsagnene om, hvad Udenrigsministeriet lister, kommer fra 2 sider på um.dk. Siderne blev læst den 26. oktober 2026. Tjek de officielle sider for den nyeste ordlyd.

Reglerne for, hvad du må have med gennem sikkerhedskontrollen i en lufthavn, har denne guide ikke set på en dansk myndigheds side, så den giver ingen regler for lufthavnen. Tjek selv lufthavnens og flyselskabets egne sider.

Udsagnene om powerbanks på en flyrejse kommer fra én side hos Københavns Lufthavn, som blev læst den 27. oktober 2026. Siden er ikke en myndigheds side, og flyselskaberne kan have egne regler.

FORTSAT

Tjek dit flyselskabs egne sider. Det er de eneste regler om håndbagage, som denne guide nævner.

De 5 grupper, rækkefølgen af trin, opgavelisten på 20 minutter, pakkestarten, listerne over penge og telefon, hjemmetjekket, aftenen før, rejsedagen og de første minutter efter en rejse er vores egne forslag. De er ikke officiel vejledning.

Denne guide giver ingen regler for visum, told eller håndbagage, ingen råd om helbred eller forsikring og ingen egne frister, og hver gang den siger det samme som en side, skriver den «ifølge Udenrigsministeriet».

FORTSAT

- Udenrigsministeriet, «Tjekliste før rejsen»: tjeklisten for en rejse til udlandet, samlet i 5 trin af guiden. https://um.dk/rejse-og-ophold/foer-rejsen/tjekliste-foer-rejsen/

- Den samme tjekliste, de 5 trin: lær om dit rejsemål, tilmeld dig Danskerlisten, samle dine rejsedokumenter, gennemgå dine rejsebehov, tænk på rejseforsikring.

- Udenrigsministeriet, «Tab og tyveri»: hvad du gør, hvis du mister pas, kreditkort, kørekort eller telefon i udlandet. https://um.dk/rejse-og-ophold/under-rejsen/tab-og-tyveri/

- Københavns Lufthavn, «Må jeg have min powerbank med i håndbagagen?»: hvad lufthavnen skriver om powerbanks i håndbagagen. Du finder siden ved at søge efter «powerbank» her: https://www.customerservice.cph.dk/s/global-search/powerbank?language=da

TILMELD DIG MAIL-LISTEN

Få den næste brugervenlige problemløsning omkring typiske hverdagsudfordringer først.

Nye miniguides, apps og praktiske idéer sendes til din private email, før de kommer andre steder. Vi fremsender kun en gang imellem, og gratis. Du kan altid framelde dig.

Tilmeld dig her