

INTERNATIONAL  
OFFICE

# Gib Acht auf Dich.

---

SICHERHEITSTIPPS

für Dein  
Studium oder  
Praktikum

im  
Ausland

**Liebe Studierende,  
lieber Studierender,**

**alle Vorbereitungen sind abgeschlossen,  
die Vorfreude steigt und Du stehst kurz davor,  
für ein Auslandssemester oder Auslands-  
praktikum die Koffer zu packen und Deutschland  
in Richtung Europa oder Übersee zu verlassen!**

**Die meisten von Euch werden eine spannende  
und lehrreiche Zeit im Ausland verbringen  
und mit vielen positiven Erfahrungen und Ein-  
drücken nach Hause zurückkehren. Dennoch  
empfehlen wir, mithilfe dieses kleinen  
Ratgebers bereits vor der Abreise etwas Zeit  
zu investieren, um wichtige Vorbereitungen  
und Vorkehrungen für unerwartete Not-  
und Krisenfälle, wie zum Beispiel Natur- und  
Umweltkatastrophen, politische Unruhen  
oder eine plötzliche Erkrankung, zu treffen.**

**Wir wünschen Dir einen sicheren, erfolgreichen  
und spannenden Aufenthalt im Ausland!**

**Ahoi!**



Dein Team des  
International Office

## CHECKLISTE

---

### VOR DER ABREISE: GUT VORBEREITEN UND VORSORGEN

- Informiere Dich über Gesetze, Gepflogenheiten und kulturelle Besonderheiten Deines Gastlandes.
- Prüfe, ob Dein Personalausweis bzw. Dein Reisepass für die Dauer des geplanten Auslandsaufenthaltes noch gültig ist.
- Beantrage möglichst früh das notwendige Visum.
- Informiere Dich über die Reise- und Sicherheitshinweise des Auswärtigen Amtes für Dein Gastland und bestelle die Reise- und Sicherheitshinweise als Newsletter.

ES HELFEN  
DIR:

der DAAD



das Länder-  
Informations-  
Portal der GIZ



studieren-  
weltweit.de



das Auswärtige  
Amt



- Lade Dir die Sicher-Reisen-App des Auswärtigen Amts mit Tipps für Deine Reisevorbereitung herunter.

Für Notfälle und mit den Adressen der deutschen Vertretungen im Ausland sowie der Vertretungen Deines Reiselandes in Deutschland.

die Sicher-  
Reisen-App



- Registriere Dich online in eine Krisenvorsorgeliste (ELEFAND) des Auswärtigen Amtes; empfohlen für alle, die sich für einen längeren Aufenthalt im Ausland aufhalten.

Die jeweilige Auslandsvertretung vor Ort hat in Krisen- und anderen Ausnahmesituationen hierdurch die Möglichkeit, schnell mit Dir in Kontakt zu treten.

die Krisenvor-  
sorgeliste



- Notiere Dir die Kontaktdaten der deutschen Auslandsvertretung im Gastland. Zuständig vor Ort ist bei Notfällen der „Konsularische Service“.

Informiere Dich, welche Impfungen für das Gastland empfohlen werden und sprich mit Deinem Hausarzt ab, welche Impfungen für den Aufenthalt notwendig sind. Lass auch Deinen Impfpass prüfen. Stelle Dir (eventuell) eine Reiseapotheke zusammen.

der  
Konsularische  
Service





- Schließe (eventuell) eine Auslandskrankenversicherung ab.
- Mache Kopien bzw. scanne Deine wichtigsten (Reise-) Dokumente und Nummern ein: Reisepass, Visum, Impfpass, Versicherungsnachweise, 24/7 Notfallnummer, Führerschein, Kreditkarte, Rufnummer für die Sperrung der Kreditkarte. Verwahre die Dokumente gut und speichere sie – auch per E-Mail oder in einer Cloud, sodass sie online abrufbar sind.

**Sei unbesorgt. Es geht einfach darum, dass Du auf Nummer sicher gehst.**

## CHECKLISTE

---

### IM GASTLAND: GUT ANKOMMEN UND SICH INFORMIEREN

- Stelle Dir eine Übersicht lokaler Notfallnummern zusammen (Polizei, Notarzt und Feuerwehr, International Office der Gasthochschule oder der neue Arbeitsgeber) und speichere diese Nummern auch auf Deinem Handy ab.
- Teile Deiner Familie und Deinen Freunden Deine neue Adresse und Telefonnummer im Gastland mit.
- Verfolge lokale Nachrichten und informiere Dich über Deine neue Umgebung und frage bei Einheimischen nach sicheren Gegenden, insbesondere wenn Du abends ausgehen willst.
- Informiere Dich bei Einheimischen oder Deiner Gasthochschule nach möglichen Risiken (Naturkatastrophen wie Erdbeben, Hurrikane, Überschwemmungen oder hohe Kriminalitätsraten) und lass Dir Tipps geben für angemessene Vorsichtsmaßnahmen und Reaktionen.
- Wenn möglich, führe nur eine Kopie Deines Ausweises mit und bewahre das Original an sicherer Stelle zu Hause auf.
- Erkenne und meide mögliche Konflikt- oder Gewalt-situationen und geh Demonstrationen und Protesten aus dem Weg. Vertraue Deinem Gefühl.

## CHECKLISTE

---

### IM NOT- ODER KRISENFALL: RAT UND HILFE SUCHEN

- Es ist völlig normal, dass Du aufgeregt, nervös oder gestresst bist, wenn Du Dich in einer Krisensituation befindest.
- Melde Dich bei Deiner Familie und Freunden.
- Informiere Deine Gasthochschule oder Deinen Arbeitgeber.
- Informiere auch den Student Exchange Coordinator Deiner Fakultät oder das International Office.
- Im Fall von Naturkatastrophen, Krankheit, einer Reisewarnung des Auswärtigen Amtes und anderen Gründen besteht eine Rückkehroption. Bitte informiere Deine Fakultät und das International Office über Deine Entscheidung.
- Der ASW Bundesverband hat einen Ratgeber zum Verhalten bei Angriffen und Anschlägen veröffentlicht.

### ES HELFEN DIR:

Dein Student  
Exchange  
Coordinator



das International  
Office



der ASW



**IN ALLEN LÄNDERN  
DER EU GILT DIE  
EINHEITLICHE NOT-  
FALLNUMMER:**

**112!**

Wenn Du Dich in einer persönlichen Krisensituation befindest und nicht weiter weißt, zögere nicht, Dich an die psychologische Beratung oder Studienberatung Deiner Gasthochschule zu wenden.