**Packhilfe für 0-2 Jährige**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nützliches** | **Hygiene und Medizin** |
| -Babyflasche / Schnabeltasse-Babyschlafsack und Unterlage-Becher(für Babynahrung)-Besteck(Löffel für Babynahrung)-Ersatz Kleider-Handschuhe-Kindertrage / Tragetuch-Kopien wichtiger Dokumente-Kuscheldecke / Spielzeug-Laufleine-Mütze-Plastikbeutel (für Abfälle)-Regenschutz-Schnuller-Sonnenbrille-Wasser-Wickelunterlage-……………………………………………………………....-……………………………………………………………....-…………………………………………………………….... | -Babyfeuchttücher / Wattepads-Creme für Zahnungshilfe-Desinfektionsmittel-Gehörschutz-Handwärmer(als kleine Heizdecke)-Hautcreme-Kleine Pflaster-Medikamente gegen Fieber, Durchfall-Persönliche Medikamente, Rezept Kopie-Schutzmasken(Medizinisch oder FFP)-Sonnenschutzmitel-Taschentücher-Thermometer-Windeln-Wundreinigungstücher-Wundsalbe-……………………………………………………………....-……………………………………………………………....-…………………………………………………………….... |

Die folgende Auflistung ist weder abschliessend noch verbindlich, es soll eine grobe Übersicht geben was man einpacken könnte. Das Ganze ist dem Zweck, den Bedingungen vor Ort, dem eigenen Körperlichen Zustand und am Alter des Kindes anzupassen.

Bemerkungen:

Ein *Gehörschutz* kann hilfreich sein bei ungewohnten oder lauten Geräuschen wie Sirenen, hektischen und lauten Menschenmassen, Geräusche in der Natur oder einer Notunterkunft…

*Säuglingsnahrung* und Fläschchen sollten auch in der Tasche sein, dass z.B. wenn die Mutter gerade nicht in der Nähe ist auch der Vater alles dabei hat zum Stillen.

*Babynahrung* sollte vorzugsweise in Beuteln anstelle im Glas mitgenommen werden,

da diese einfacher zu packen, leichter und nicht zerbrechlich sind.

Mit der *Kindertrage* vorne, kann noch ein Rucksack getragen werden.

Eine *Laufleine* kann sich in einer Notunterkunft oder sonst beim Warten als nützlich erweisen, da man meist schon gestresst und müde ist und so das Kind in einem gewissen Radius bleibt auch wenn man kurz abgelenkt ist oder einnickt.

*Plastikbeutel* für Abfälle wie verbrauchte Windeln oder Reinigungsmaterial.

*Windeln* regelmässig kontrollieren, damit man die aktuell passende Grösse dabei hat.

Einige nehmen zu den Wegwerfwindeln noch eine gewisse Anzahl an Stoff-Windeln mit, meist inklusive der passenden Einlagen dazu, da diese insgesamt weniger Platz benötigen und durch auswaschen wiederverwendet werden können.

Das *Desinfektionsmittel* kann verwendet werden falls zum Beispiel nach dem Windelwechseln kein fliessendes Wasser zur Verfügung steht.

*Sonnenbrille* dient bei Schnee, Regen oder Sturm gleichzeitig auch als Schutzbrille.

25.03.2022