**Packhilfe für 5-15 Jährige**

|  |  |
| --- | --- |
| **Nützliches** | **Erste-Hilfe / Medizin / Hygiene** |
| -Besteck  -Brille(Lese- Schutz- Sonnenbrille)  -Ersatz Wäsche(Socken und Shirt)  -Essgeschirr  -Handschuhe  -kleines Taschenmesser/Multitool  -Kopien wichtiger Dokumente  -Ladegerät / Kabel(Mobiltelefon)  -Mütze  -Nahrung  -Notfallpfeife  -Regenschutz  -Schlafsack und Unterlage  -Snack  -Spiel- / Malsachen  -Taschen oder Stirnlampe  -Wasser  -Wasseraufbereitung(Tabletten)  -……………………………………………………………....  -……………………………………………………………....  -…………………………………………………………….... | -Desinfektionsmittel  -Feuchttücher  -Gehörschutz  -Getränkepulver  -Handschuhe(Einweg)  -Insekten und Sonnenschutzmittel  -Medikamente gegen Fieber, Durchfall  -Persönliche Medikamente, Rezept Kopie  -Pflaster Assortiert  -Rettungsdecke  -Schutzmasken(Medizinisch oder FFP)  -Taschentücher  -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…

Eine *Brille* dient bei Schnee, Regen oder Sturm auch dem Schutz der Augen.

25.03.2022