

### Allgemeine Packliste für Teilnehmer an Zeltlagern

- Feldbett (wer keins besitzt: bitte schnellstens mitteilen)
- Isomatte
- Schlafsack und Kopfkissen
- evt. Schlafanzug
- Bekleidung für 4 Tage, geeignet für warmes und kaltes Wetter
- warme Jacke (Regenjacke), ggf. THW-Jacke
- Kopfbedeckung
- Turnschuhe oder Wanderschuhe (bequem und möglichst rutschfest),
- offene Schuhe oder Sandalen
- THW-Anzug inkl. Stiefel und Handschuhen
- Wasch- und Toilettenartikel
  - Zahnbürste/-pasta
  - Duschgel
  - Shampoo
  - Waschlappen
  - Bürste/Kamm
  - Deo
- ausreichend Handtücher (auch zum Schwimmen)
- Badehose/-anzug
- Badelatschen
- SCHWIMMPASS wenn vorhanden!!!
- Sonnenmilch
- Insektenschutzmittel
- evtl. Spiele (nicht zu groß)
- Taschengeld
- Trinkflasche
- Armbanduhr
- Rucksack
- Schülerausweis
- Krankenversicherungskarte
- Impfpass
- Taschenlampe

Bitte möglichst viel mit Namen kennzeichnen!

### Hinweise zu Medikamenten

Wir als Jugendbetreuer dürfen keine Medikamente verabreichen, wenn die Jugendlichen allerdings ihre eignen Medikamente dabei haben, dürfen wir sie daran erinnern und ihnen sagen, dass es gut wäre, wenn sie diese einnehmen. Auch die Dosierung können wir dann noch einmal mitteilen.

Wie bitten also alle Eltern, die wünschen, dass ihre Kinder im Schmerzfall oder bei Krankheit

entsprechende Medikamente bekommen sollen, diese den Jugendlichen mitzugeben.

Im Einzelfall wären hierfür hilfreich:

- Ibuprofen 200 mg gegen Kopfschmerzen und sonstige Schmerzen sowie zur Fiebersenkung.
- MCP-Tropfen gegen Durchfall und Erbrechen
- Fenistilgel gegen Mückenstiche bzw. bei Allergiegefahr
- Fenistiltropfen zur Akutbehandlung allergischer Reaktionen.
- selbstverständlich die Medikamente, die die Jugendlichen regelmäßig einnehmen müssen (z.B. Asthmaspray).

Wir können die Medikamente auch gerne in Gewahrsam nehmen.

Mit den oben angegebenen Medikamenten sind wir vertraut, für alle weiteren Medikamente brauchen wir Dosierung, Zeitpunkt und Dauer der Anwendung. Selbstverständlich werden wir bei schlimmeren Erkrankungen oder anhaltenden Beschwerden umgehend einen Arzt aufsuchen und in jedem Fall die Eltern verständigen.

Konaktdaten:

Anja Götze

Tel: 0179 112 43 73

Markus Müller

Tel: 0171 19 500 80