

### Behältnisse

Gegen Regen von oben haben wir das Zelt. Leider gibt es bei Regen oft auch „fließendes Wasser“ am Boden. Darum näßt ein Rucksack - auf den Boden gestellt - schnell durch.

Bewährt haben sich hier eine oder mehrere Euroboxen im Format 60 cm x 40 cm x 32 cm (ca. 64 Liter) incl. Deckel. Diese sind bei Hornbach, Obi oder Toom erhältlich und lassen sich beim Transport stapeln, halten den Inhalt trocken, passen normalerweise unters Feldbett und dienen bei Bedarf auch als Nachttisch. Kosten für eine Box mit Deckel ca. 20 €.

### Allgemeine Packliste für Teilnehmer an Zeltlagern (ca. 4 Tage)

- 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
- Schülerschein
- Krankenversicherungskarte
- Impfpass
- Taschenlampe
- eine größere Tüte für die Schmutzwäsche

Bitte möglichst viel mit Namen kennzeichnen!

## Hinweise zu Medikamenten

Wir als Jugendbetreuer dürfen keine Medikamente verabreichen, wenn die Jugendlichen allerdings ihre eigenen 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 eventuell hilfreich (nur als Vorschlag):

- 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.

Selbstverständlich werden wir bei schlimmeren Erkrankungen oder anhaltenden Beschwerden umgehend einen Arzt aufsuchen und in jedem Fall die Eltern verständigen.

Kontaktdaten:

Markus Müller  
Tel: 0171 19 500 80