

# ☀️ PACKLISTE SOMMERFREIZEIT ☀️

## BEKLEIDUNG

- ca 15-20 Garnituren Unterwäsche und Strümpfe
- 3-4 Schlafanzüge / Nachthemden
- einige kurze Hosen / Röcke
- 3-4 lange Hosen
- 2-3 bequeme Hosen (z.B. Jogginghosen)
- 3-4 warme Pullover & evt. einige Longsleeves
- ca. 15 T-Shirts / Tops
- Regenbekleidung, leichte Sommerjacke, evtl. Fleecejacke
- 2 Paar feste Schuhe, Sandalen, Hausschuhe
- Sonnenhut, Sonnenbrille
- Badeanzug / Badehose
- ☞ Kleidungsstücke, Handtücher, sonstiges Eigentum bitte mit Namen versehen (sofern der/die Teilnehmer\*in ihre Sachen nicht selbst kennt).
- ☞ Liste aller eingepackten Kleidungsstücke und sonstigen Dinge in den Koffer legen (dies erleichtert das Packen am Ende der Freizeit).
- ☞ Bitte Kleidung in ausreichender Menge (lieber zu viel als zu wenig!!) einpacken, da es nicht immer die Möglichkeit gibt, auf der Freizeit zu waschen.

## KÖRPERPFLEGE/PFLEGE

- Zahnbürste, Zahnpasta, Deo, Shampoo, Duschgel, Haarbürste, Föhn, Rasierer
- Sonnenschutzcreme (evtl. After Sun Lotion), Hautcreme / Körperlotion (wenn nötig)
- ausreichend Inkontinenzmaterial
- Monatshygiene (Binden, Tampons etc.)
- ca. 10 Waschlappen (wenn zum Duschen/Waschen benötigt)
- 3-4 Handtücher und 3-4 Duschtücher

## MEDIKAMENTE

- ☞ Bitte in ausreichender Menge für die 2 Wochen Freizeit einpacken.
- ☞ Bitte mit dem aktuellen Medikamentenplan abgleichen (auf der Freizeit kann nur an Medikamenten verabreicht werden, was auf dem Plan steht und vom zuständigen Arzt unterschrieben wurde; das gilt auch für Medikamente, die nur bei Bedarf gegeben werden sollen (wie Ibuprofen, Augentropfen mit Wirkstoff, Antiallergika o.ä.))!

## DOKUMENTE

- Personalausweis
- Krankenversichertenkarte
- Impfausweis
- Schwerbehindertenausweis (inkl. Wertmarke!)

## SONSTIGES

- Schwimmhilfe (wer eine benötigt)
- Schlupfsack/Decke für die Rollifahrer (wenn benötigt)
- Bettwäsche wird nur für die Freizeit in Wartaweil benötigt
- Sonstige persönlich benötigte Dinge (Kuscheltier, spezielles Kissen, Spiele, MP3 Player, Handyladekabel etc)

## TASCHENGELD

- ☞ Bitte an ein kleines Taschengeld für mal ein „Extra Eis“ o.ä. denken.
- ☞ Wer auch mal shoppen gehen möchte benötigt natürlich dementsprechend etwas mehr Geld 😊!