

Packliste für Riesa!

Geeignete Kleidung

- warme und regenfeste Kleidung (Thermokleidung)
- Mütze, Schal, Handschuhe
- Schlauchschal, Corona-Masken, Cap, Sonnenbrille
- wasserdicht verpackte Wechselkleidung (wegen Pfefferspray)
- feste, warme Schuhe (die nicht abrutschen)
- Brille mit Brillenetui (anstelle von Kontaktlinsen)
- Kein Schmuck oder wertvolle Kleidung

Wichtige Dinge

- Bargeld
- Aktionskarte
- EA-Nummer (irgendwo am Körper)
- bei ID-Angabe: gültiger Ausweis (evtl. Krankenkassenkarte)

Sonstige nützliche Dinge

- Kartenspiel
- Zettel, Stift, Edding, Tape
- wasserdichte Armbanduhr
- Stirnlampe
- Stimming toys

Verpflegung

- Wasser in Plastikflaschen für Hinfahrt, Aktion und Rückfahrt (empfohlen: 2-5 Liter)
 - keine Metall- oder Glasflaschen
- heißer Tee (in Thermoskannen)
- Snacks
- genug Essen (auch für gute Stimmung und lange haltbar)

Gesundheit und Hygiene

- Erste-Hilfe-Materialien (Pflaster, mehrere Rettungsdecken, keine Schere!)
- extra Plastikflasche mit Deckel mit Löchern zum Augen ausspülen
- eigene Medikamente und Tabletten
 - originalverpackt
 - für mehrere Tage
 - bei ID-Angabe: mit gültigem Rezept
- Elektrolytlösung, Magnesium, Traubenzucker (z.B. bei Erschöpfung)
- Ohropax
- Tampons / Binden
- Wärmendes: Wärmepads, Sitzkissen, Wärmesohlen, Rettungsdecke

Packliste für Riesa!

Wichtig:

- Keine fetthaltigen Cremes (Sonnencremes, Make-up etc. wegen Pfefferspray)!
- Keine Wertsachen, persönlichen Notizen, Kalender oder Adressbücher!
- Keine Gegenstände, die als Waffe interpretiert werden könnten (Taschenmesser, Schere, Stahlkappenschuhe, großer Schirm, Glasflaschen etc.)!
- Kein Alkohol, keine Drogen, keine illegalisierten Substanzen!

Mehr Infos



Aktions-Checkliste
Rote Hilfe



Infos zu Demo-Sanis



Bezug-Checkliste
Ende Gelände

EA-Nummer: 0341 211 9313