FLUCHTRUCKSACK FÜR TEENAGER

Checkliste



Das gehört zusätzlich in den Teenager-Rucksack:

- [ ] Wetterfeste Wechselkleidung für 2-3 Tage
- [ ] Badelatschen / Schlappen
- [ ] Schlafsachen
- [ ] Kleine Decke / kleiner Schlafsack
- [ ] Leere Trinkflasche
- [ ] Haltbare Snacks
- [ ] Taschenlampe
- [ ] Hygieneartikel
- [ ] Zahnpflege
- [ ] Gehörschutz
- [ ] Kinderausweis / Personalausweis als beglaubigte Kopie
- [ ] Kleines Handtuch / Waschlappen
- [ ] Ggf. Medikamente
- [ ] Taschentücher
- [ ] Handy & Ladekabel
- [ ] Etwas Bargeld

Die Kleidung sollte bequem und der Jahreszeit angepasst sein - heißt: Kontrolliere deinen Fluchtrucksack alle paar Monate und passe die Auswahl an.

Verfallsdatum regelmäßig checken!

Auch hier regelmäßig prüfen: Sind die Medikamente noch auf dem neuesten Stand?

Sonstiges

P.S. Unsere Listen sind so aufgebaut, dass die Basics im Fluchtrucksack der Eltern abgehandelt werden. Deshalb findet Ihr hier sowas wie ein Fieberthermometer kein zweites Mal.

KRISENQUEEN