

Grundsätzliche Frage: Wie lange dauert der Einsatz ungefähr?  
Dementsprechend variiert der Bedarf an frischer Kleidung.

Stand: 01/2008

Auf Koffer sollte verzichtet werden, anstatt dessen Reisetaschen oder Seesäcke verwenden.

## Oberbekleidung

- Gürtel
- Handschuhe
- Hemd(en)
- Hose, kurz
- Hose, lang
- Badehose
- Freizeit- / Regenjacke
- T-Shirt(s)
- Pullover / Sweatshirt
- Basecap / Mütze
- Schal

## Einsatzbekleidung

- Helm
- Handschuhe
- Stiefel
- Einsatzhose(n)
- Hosenträger / Gürtel
- Einsatzjacke
- Einsatzweste
- Fleece
- Regenschutz
- Gummistiefel

## Schuhe

- Badelatschen
- Freizeitschuhe
- evtl. Sandalen
- Transportbeutel
- Ersatzschnürsenkel

## Unterwäsche

- Unterwäsche
- Socken
- Schlafanzug

## Kulturbeutel

- Deo
- Duschgel
- Haarshampoo
- Rasierer / Rasierschaum
- Zahnbürste
- Zahncreme
- Handtücher, klein
- Handtücher, groß
- Kamm / Bürste
- Nagelbürste / Nagelreiniger
- Nagelschere / Nagelfeile
- Wattestäbchen
- Evtl. Toilettenpapier

## Medizin

- Aspirin / ASS / Paracetamol
- Mittel gegen Durchfall (Immodium)
- Autan / Fenistil / Solventolgel
- Desinfektionsmittel (Sagrotan)
- Pflaster / Verbandspäckchen
- Sonnencreme > 20
- Taschentücher
- Rettungsdecke / Dreieckstuch
- Gehörschutzstöpsel
- Pinzette

## Zubehör

- Personalausweis / evtl. Reisepass
- Impfpass
- Krankenversicherungskarten
- Führerschein
- Brille / Sonnenbrille / Etui
- Brustbeutel
- Rucksack / Hüfttasche
- Wäschenetz / -beutel
- Schlafsack
- Kissen
- Iso-Matte / Luftmatratze
- Plastiktüten
- Waschmittel in der Tube
- Taschenmesser, -lampe, -zange
- Feuerzeug / Streichhölzer
- Feldflasche
- Wecker
- Fotoapparat
- Geld / Devisen
- Batterien
- Handyladegerät 12V / 220V
- Schreibzeug / Papier
- Wäscheklammern / Leine / Schnur
- Klebeband
- Nähzeug
- Spielen / Spielkarten
- Lesebücher
- Getränke (für die ersten Stunden)
- Essen (für die ersten Stunden)