

Packliste

Lebensmittel

- 1 kg Reis (kein Milchreis)
- 1 kg Nudeln
- 1 kg Mehl
- 1 Päckchen Früchtetee
- 2 Tafeln Schokolade
- 2 Röhrchen Vitamintabletten
- 1 kleine Dose Salz

Hygieneartikel

- 1 Zahnbürste
- 1 Tube Zahnpasta
- 1 Shampoo
- 1 Stück Seife (Bitte in eine kleine Tüte verpacken)
- 1 Deodorant
- 1 kleines Handtuch
- 1 Päckchen Damenbinden
- 10 Päckchen Taschentücher

Medizinische Artikel

- 1 Päckchen Pflaster
- 2 Rollen Mullbinden
- Wenn möglich: 1 Päckchen Ibuprofen 200
- Wenn möglich: 1 Wunddesinfektionsspray