

Packliste für den Freiwilligeneinsatz

Gutes Schuhwerk

Wählen Sie knöchelhohe Wander- oder Bergschuhe mit gutem Profil, um auch im steilen Gelände sicheren Halt zu haben.

Robuste Arbeitskleider

Beachten Sie, dass Ihre Kleidung beim Einsatz schnell schmutzig oder sogar kaputt gehen kann. Ziehen Sie deshalb besser ältere, robuste Hosen/Oberteile/Jacken an. Da die Arbeiten zuweilen anstrengend sind, kommt man öfters auch ins Schwitzen. Wir empfehlen, zumindest ein Ersatz-T-Shirt mitzunehmen. Nehmen Sie zum Beispiel – wenn schon zugestellt – das bergversetzer-T-Shirt mit.

Sonnen- und Regenschutz

Das Wetter in den Bergen kann rasch wechseln. Packen Sie darum Sonnencreme, Sonnenbrille und einen Sonnenhut ein. Nehmen Sie für alle Fälle auch die Regenjacke und Regenhosen mit. Diese können auch als erste Isolationsschicht bei kühlem Wind dienen. Wer rasch friert, packt noch eine wärmere Zwischenschicht ein.

Hände schützen

Packen Sie unbedingt Garten- oder Arbeitshandschuhe ein.

Zecken- und Beinschutz

Zecken gibt es inzwischen auch in den Bergen. Wir empfehlen, einen Zeckenspray mitzunehmen und auch bei warmem Wetter eine lange Hose zu wählen. Denn sie schützt auch vor Dornen.

Trinkflasche und Tagesrucksack

Je nach Einsatz sind Sie mehrere Stunden auf dem Feld. Hilfreich ist es dann, selbst eine Trinkflasche und einen Tagesrucksack dabei zu haben.



Für Bauprojekte → Sicherheitsausrüstung

Auf Baustellen gelten SUVA-Vorschriften. Kopfschutz, Atemschutz, Augenschutz, Gehörschutz, Handschutz, Fusschutz und Schutzkleidung sind daher Pflicht.