**Strukturierte Packliste**

**1. Basales –** kommt immer mit, wenn wir auswärts übernachten

* Agenda/Iphone/Handy
* Schlüssel, von da und dort.
* Portemonnaie/Geldbörse
* Kreditkarten/EC-Maestro
* Pass/Identitätskarte
* Schreibzeug/Kugelschreiber/Füllfeder

**2. Kleider**

2.1. Schicht 1

* Leibchen/T-Shirt
* Unterhosen/Slips
* Socken
* Hut/Mütze

2.2. Schicht 2

* Hosen
* Hemden/Polos
* Schuhe
* Schuhlöffel
* Finken
* Gummi-Sandalen/Badeschlappen/Adiletten

2.3. Schicht 3

* Pullover
* Jackett
* Mantel
* Handschuhe
* Regenschutz

2.4. Nacht

* Nachthemd
* Wecker
* Ohropax

**3. Körperpflege**

* Seife/Duschgel
* Shampoo
* Zahnbürste + Zahnpaste/elektrische Zahnbürste + Ladegerät
* Settima/Elmex intensiv
* Zahnseide
* Rasierschaum und Rasierklingen/Rasierapparat
* Toilettenpapier/Hakle feucht
* Watterondellen
* Papiernastücher
* Haarföhn

**4. Pflegemittel und Medikamente**

* Verbandspflaster
* Maxitrol – für Augen
* Augentropfen – gegen trockene Augen, z.B. im Flugzeug
* Medinait/Mediday
* Schlafmittel
* Aspirin
* Vitamine
* Pevaryl – gegen Fusspilz
* Empfängnisverhütung/Pariser
* Kleine Nasendusche

**5. Unterhaltung + Information**

* Bücher
* Spiele
* Radio/Ipod/Ipad + Stromlademöglichkeit
* Schreibpapier/Papierblock
* Zeitung umleiten

**6. Sport**

* Equipment z.B. Ski und Stöcke
* Hilfsmittel z.B. Skiwachs, Skibrille
* Sportkleidung
* Sportschuhe
* Sporthandschuhe
* Badehose und Schwimmbrille
* Sportliteratur/Ratgeber/Tourenbeschreibungen

**7. Reisen**

* Tickets/Boardingpass
* Führerausweis
* Land-. u./o. Strassenkarten
* Navigationsgerät
* Reiseführer
* Kompass
* Nackenkissen
* Anti-Mücken-Elektrostecker
* Sortiment Elektrostrecker/ Multistecker
* Feldstecher
* Passfoto – z.B. für ÖV in fremden Städten
* Kompaktes Ersatzgepäck

**8. Dokumentierung**

* Fotoapparat
* Papier

**9. Haushalt und Verpflegung**

* Reiseverpflegung
* Trinkfläschchen
* Frotteetücher
* Bettlacken
* Schlafsack
* Schuhputzmaterial
* Einkaufswagen, faltbar
* Papiereinkaufssack

**10. Anderes**

* Taschenlampe
* Stabilo Boss
* Klebstift/Kleber
* Buchstabier –Tabelle
* Temperaturmesser
* Türhänger – zum Aufhängen von Kleidern.
* Kleiner Faltstuhl oder Dreibein - für Open Airs

**11. Massnahmen vor Abreise**

* Herd abgestellt?
* Fenster zu?
* Pflanzen
* Abfall out
* Wecker/Wecker-Radio abstellen/deprogrammieren
* Telefon umleiten