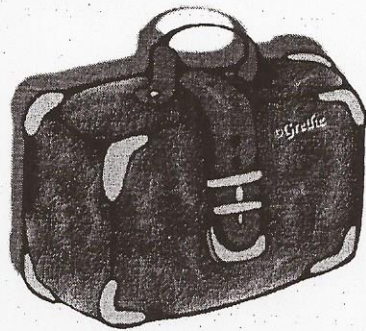


ICH PACKE MEINEN KOFFER: PACKLISTE FÜR DIE DEMO



ALLES WAS DU ZU EINER DEMO MITNEHMEN SOLLTEST:

- ★ Angemessene Kleidung (gegebenenfalls was zum wechseln)
- ★ Bequeme, warme Schuhe, in denen man lange und auch mal schnell laufen kann
- ★ Perso/Reisepass
- ★ Stift, Papier
- ★ Nahrungsmittel für mind. eine Person und einen Tag
- ★ Mind. 1,5 L klares Wasser (ohne Kohlen-säure)
- ★ Telefonkarte + Kleingeld
- ★ Krankenkassenkarte
- ★ Hygiene-Artikel und Medikamente für den eigenen Bedarf (mind. 48 h)
- ★ Handy [aufgeladen]
- ★ Brille statt Kontaktlinsen
- ★ Geld!
- ★ „Was tun wenns brennt!“
- ★ Gute Laune

WAS ZU HAUSE BLEIBT!

- ★ Alle persönlichen Aufzeichnungen:
 - Kalender
 - Adressbücher
 - Tagebücher
- ★ Drogen! Alkohol!
- ★ waffenähnliche Gegenstände (Taschenmesser, Pfefferspray)
- ★ Make-Up, fetthaltige Creme
- ★ Fotoapparat
- ★ Körperschmuck
- ★ Glasflaschen
- ★ Lieblingspflasterstein
- ★ Und ein ausgefüllter Rote-Hilfe-Mitgliedsantrag