

Merkblatt

„Gesundheit und persönliche Hygiene“

zum Landesjugendlager der THW-Jugend NRW e.V.
vom 20. Juli bis 27. Juli 2018
in Schloß Holte-Stukenbrock

Es ist wichtig auf persönliche Sauberkeit und Körperpflege zu achten und die Regeln einzuhalten.

- Jeder fährt nur im gesunden Zustand und bei absoluten Wohlbefinden von zu Hause los.
- JunghelferInnen unterrichten das Betreuungspersonal, wenn er/sie unter bekannten Allergien oder chronischen Krankheiten (z. B. Diabetes) leidet.
- **Persönliche Medikamente können bei Bedarf und zur Aufbewahrung am AK-Zelt abgegeben werden.**
- Wenn sich jemand krank fühlt oder verletzt wird, muss sofort der/die zuständige JugendbetreuerIn informiert werden.
- Jeder wäscht sich gründlich - mindestens einmal täglich. Dementsprechend wird auch die Unterwäsche täglich gewechselt.
- In jedes Reisegepäck gehört ein Paar Badelatschen, die während des Duschens getragen werden.
- Nach jeder Toilettenbenutzung und vor jedem Essen/Trinken werden die Hände mit Seife gewaschen. Das Mitführen und Verwenden eines wirksamen Händedesinfektionsmittels (in der Apotheke oder im Drogeriemarkt erhältlich) ist sinnvoll.
- Um den Schlafsack sauber zu halten, wird empfohlen ein Baumwoll-Inlay zu verwenden, dies ist leichter als der Schlafsack zu waschen ist.
- Sollte durch übermäßiges Schwitzwasser im Zelt oder durch anhaltenden Regen Kleidung und Decken klamm sein, so besteht die Möglichkeit die Textilien in einem Waschsalon zu reinigen / trocknen. Ansprechpartner sind auch hier die JugendbetreuerIn.