



## Packliste für Freiwilligeneinsätze

### Gutes Schuhwerk

Wir empfehlen dringend Wander- oder Bergschuhe mitzunehmen. Die Schuhe sollten stabil sein, Schutz vor Kälte und Nässe bieten und bis über die Knöchel reichen, um auch im unwegsamen Gelände Halt zu geben. Turnschuhe sind für einen Freiwilligeneinsatz NICHT geeignet.

### Sonnenschutz

Die Sonne scheint in den Bergen stärker als im Flachland. Gerade in den Sommermonaten sind Sie oft den ganzen Tag im Freien am Arbeiten. Vergessen Sie daher nicht, eine Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor und eine Sonnenbrille mitzunehmen. Zusätzlich kann Sie eine Kopfbedeckung vor einem Sonnenstich bewahren.

### Wechselkleider und warme Kleidung

Packen Sie genügend Wechselkleider ein. Kleider können auf einem Bauernhof schnell nass und/oder schmutzig werden. Nehmen Sie auch im Hochsommer warme Kleidung mit. Ein Temperatursturz im Gebirge kann auch im Hochsommer zu Schneefall führen.

### Regenschutzbekleidung

Viele Arbeiten auf einem Bauernhof müssen auch bei Regenwetter erledigt werden. Packen Sie darum einen Regenmantel, Regenschutzhosen, wasserdichte Stiefel und einen Regenhut mit ein.

### Hausschuhe

Für warme Füße im Haus nehmen Sie am besten Hausschuhe mit.

### Tagesrucksack

Wechselkleidung, Arbeitsutensilien und Zwischenverpflegung finden Platz im Tagesrucksack. Das ist besonders bei Arbeiten auf dem Feld sehr praktisch.

