

## 11.05.2025 Aktualisierte Packliste Hilfspaket für die Ukraine

Die optimale Paketgröße ist ca. 60 x 40 x 30 cm (nur ein circa Maß! z.B. ein Bananenkarton).

Das Paket bitte unbedingt prall befüllen (wichtig wegen der Stapelbarkeit) und nicht verschließen (wichtig wegen des Zolls). Das Paket wird von uns zugeklebt und ukrainisch/deutsch beschriftet!

<b>Das Lebensmittel/Hygiene-Basispaket</b>	
<b>Nahrung</b>	Nudeln, Spagetti, Reis, Perlgraupen, Buchweizen
	Wurst-, Fleisch-, Fischkonserven (möglichst mit Deckel zum Aufziehen)
	Suppen, Eintöpfe, Ravioli (möglichst mit Deckel zum Aufziehen) evt. Tütensuppen, gekörnte Brühe
	Wurstchen in der Dose, Marmelade, Nuss-Nougat Creme
	Tomatensauce
	haltbares Brot, Pumpernickel, Knäcke oder Zwieback
	Mehl, Zucker, Salz, Haferflocken, Grießbrei
	Löslicher Kaffee oder gemahlener Kaffee oder Teebeutel oder loser Tee
	Alle haltbaren (kalorienreichen/nahrhaften) Lebensmittel
<b>Süßes</b>	Schokoladen- bzw. Energieriegel
	Schokolade, Kekse, Butterkekse (können in der Not zu Babynahrung verarbeitet werden)
	Lutscher/Bonbons/Weingummi/Traubenzucker
	Nüsse/Trockenfrüchte
<b>Hygiene</b>	Zahnbürste (Erwachsene und Kinder)
	Zahnpasta (Erwachsene und Kinder)
	Duschgel oder Shampoo oder Seife
	Damenbinden, Tampons, Feuchttücher
	Rasierer + Rasierschaum
	Erste-Hilfe-Utensilien (optional*)
<b>Sonstiges</b>	Waschmittel (Pulver)
	Kerzen oder Kopflampen mit Batterien oder Taschenlampe mit Batterien (optional*)
	Powerbank (optional*)
	Handtücher und/oder Wolldecke (damit das Paket nicht eindrückbar ist)
	evt. noch Kissen, Klopapier, Küchenrolle oder ähnliches zum Auffüllen

<b>Das Baby-Basispaket (optional*) als Ergänzung zum oberen Paket</b>	
<b>Eine Bitte, wenn Sie Baby-Basispakete packen: Alle Artikel sollten für die gleiche Altersgruppe sein. Einzelne Artikel nehmen wir auch gerne, würden sie dann um altersgerechten Artikeln ergänzen.</b>	
<b>Nahrung</b>	Babymilch, Babygläschen, Babybrei
<b>Hygiene</b>	Babypflegeprodukte, Windeln
<b>Sonstiges</b>	Babyflasche (optional*)
	Schnuller (optional*)

\*Diese Liste stellt den Vorschlag für ein Hilfspaket dar. Es gilt ganz klar: Alles kann, nichts muss. Möchten Sie nur einzelne Positionen oder Teile des Pakets spenden, freuen sich die Menschen aus der Ukraine und wir uns genauso darüber. Wir packen dann die gespendeten Dinge in von uns gepackte und zusammengestellte Hilfspakete. Allen ein herzliches Dankeschön für die geleistete, wertvolle Hilfe und für Ihre Spenden.

**Fragen beantworten wir Ihnen gerne per E-Mail: [info@bochum-donezk.de](mailto:info@bochum-donezk.de)**