

The background is a vibrant, stylized illustration of a tropical jungle. It features various types of leaves in bright colors: purple, yellow, blue, and pink. Some leaves have white or green spots. A blue lizard is visible in the upper right corner. The overall style is bold and graphic.

# CHECKLISTE WALDTAGE

TOP 1

# Kleidung

Wetterfeste Kleidung ist  
das A und O

- lange, dünne sowie atmungsaktive Kleidung
- lange Socken, um diese über die Hosenbeine ziehen zu können
- wasserdichte, feste sowie knöchelhohe Schuhe mit Profil ggf. mit herausnehmbaren Innenschuh
- wasserdichte, lange sowie atmungsaktive Jacke ggf. 3 in 1 Jacke mit Kopfbedeckung zum Beispiel Südwester (dieser schützt dein Gesicht und deinen Nacken vor Regentropfen)
- Sonnenschutz (Sonnenhut, Sonnencreme)
- bei kühleren Temperaturen empfiehlt sich der Zwiebel-Look (mehrere Schichten Kleidung übereinander anziehen)
  - ggf. Matsch- und Regenhose

**P.S. Mit der richtigen Kleidung können wir so unsere Ausrutschgefahr, einem Zeckenbiss, Frieren oder auch einem Sonnenbrand vorbeugen**

TOP 2

# Rucksack

Zubehör und Ausrüstung

- Outdoor-Rucksack mit mindestens 10 L und Brustgurt
  - ggf. Regenhülle für den Rucksack
  - eine Trinkflasche
- eine Isolierflasche zum Beispiel für warme Getränke oder Suppe
  - eine Brotdose
- eine Sitzmatte (meistens in den Outdoor-Rucksäcken integriert)
  - ein kleines Handtuch (täglich wechseln)
  - ggf. dünne Handschuhe zum Essen

**P.S. Brotdosen und Trinkflaschen aus Edelstahl sind langlebiger und frei von Chemie**

TOP 3

# Verpflegung

Essen und Trinken

- bitte nur pures Wasser mitbringen
- bringt euch zum Essen zuckerfreie Lebensmittel mit, die nicht klebrig sind

Geeignet sind zum Beispiel: Äpfel, Wurst- und Käsebrot, Paprika, Gurke, Kohlrabi

**P.S. Wespen und auch einige andere kleinere Waldbewohner lieben klebriges und süßes Essen**



TOP 4

# Bringzeit

Bitte sei pünktlich

- bitte sei 10 Minuten vor dem offiziellen Beginn am Treffpunkt
- Plane nach dem Ende unseres Waldtages deine Heimfahrt,- lass dich zum Beispiel von deinen Eltern ca. 5 Minuten nach dem offiziellen Ende abholen

**Du bzw. deine Eltern sind für deine sichere sowie pünktliche Anreise und Abreise vom Treffpunkt verantwortlich**