

11.05.2026 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!

	Das Lebensmittel/Hygiene-Basispaket
Nahrung	Nudeln, Spagetti, Reis, Perlgrauen, Buchweizen
	Wurst-, Fleisch-, Fischkonserven (möglichst mit Deckel zum Aufziehen)
	Suppen, Eintöpfe, Ravioli (möglichst mit Deckel zum Aufziehen) evt. Tütensuppen, gekörnte Brühe
	Würstchen 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/nährhaften) Lebensmittel
Süßes	Schokoladen- bzw. Energieriegel
	Schokolade, Kekse, Butterkekse (können in der Not zu Babynahrung verarbeitet werden)
	Lutscher/Bonbons/Weingummi/Traubenzucker
	Nüsse/Trockenfrüchte
Hygiene	Zahnbürste (Erwachsene und Kinder)
	Zahnpasta (Erwachsene und Kinder)
	Duschgel oder Shampoo oder Seife
	Damenbinden, Tampons, Feuchttücher
	Rasierer + Rasierschaum
	Erste-Hilfe-Utensilien (optional*)
Sonstiges	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

	Das Baby-Basispaket (optional*) als Ergänzung zum oberen Paket
	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.
Nahrung	Babymilch, Babygläschen, Babybrei
Hygiene	Babypflegeprodukte, Windeln
Sonstiges	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