



## 뉴스 레터

### Jamboree IST-News #9

Liebe IST,

Es dauert nicht mehr lange und wir treffen uns in Südkorea. Jede Reise bedarf einer guten Vorbereitung, daher wollen wir euch in diesem Newsletter wichtige Infos zum Thema **Gesundheit und Reise** zukommen lassen.

Da ihr ja bereits viel Pfadi- und Lagererfahrung habt, dient dies euch zur Erinnerung. Die Information wurde an unser Lagerland Südkorea angepasst, daher zahlt sich ein Lesen sicher aus.

### Mitnahme von Medikamenten

Wird eine Dauermedikation benötigt, bitte diese in ausreichender Menge mitzunehmen - wir raten euch, für zusätzliche 5 Tage Medikamente einzupacken.

Für jedes Medikament wird ein Rezept/eine Rezeptkopie bzw. eine Bestätigung eurer Ärztin/eures Arztes benötigt, das/die im Bedarfsfall vorgewiesen und damit die Notwendigkeit der Medikamenteneinnahme bestätigt werden kann. Auf diesem Rezept/dieser Bestätigung soll das Medikament, die Dosierung und Einnahmehinweise sowie die zugrunde liegende Erkrankung **inkl. ICD-10 Code** (international classification of diseases) vermerkt sein. Die Medikamente bitte in der **Originalverpackung** mitnehmen auf der auch der Name vermerkt ist.

**Empfehlung:** Lasst euch von der Apotheke die Medikamente mit einem "Pickerl" versiegeln (mit dem Kleber, auf dem die meisten Apotheken die Einnahme eintragen), so kann nachgewiesen werden, dass ihr es nicht aufgemacht habt. Einigen Medikamenten sind bereits versiegelt, andere nicht. Dies ist stark herstellerabhängig.

Ein Kühlschrank für kühl zu lagernde Medikamente ist auf dem Lagerplatz vorhanden. Hierzu nimm bitte im Vorfeld mit Thomi ([thomas.leber@ppoe.at](mailto:thomas.leber@ppoe.at)) Kontakt auf.

Bitte denkt auch an Bedarfsmedikation, sofern Kopfschmerzen, Halsschmerzen, Bauchschmerzen, allergische Reaktionen u.ä. regelmäßig auftreten.

Gängige Medikamente (Schmerzmittel, Antibiotika, Medikamente gegen Allergien, Hautausschläge, Durchfall,...) haben wir mit. Diese werden im Bedarfsfall von der Kontingentsärztin verabreicht. Dennoch ist es nicht schlecht auch selbst etwas mitzubringen, da ihr ja auf eurem individuellen Vor-/Nachprogramm alleine unterwegs seid.

### Wenn dich etwas bedrückt...

Ein Jamboree ist ein großes Abenteuer, kann jedoch auch, aufgrund der vielen Menschen ebenso anstrengend sein. Manchmal ist es schwer einen ruhigen Moment zu finden, da viele Impressionen auf einen einwirken.

Wir sind nicht nur organisatorisch für dich am Lager Ansprechpartner, du kannst auch gerne zu uns kommen, wenn dich etwas bedrückt oder du einfach nur so über etwas reden möchtest. Diese Entscheidung liegt natürlich ganz bei dir ob du zu uns kommen magst oder mit einer Freundin/einem Freund darüber redest. Eines ist sicher: Reden hilft oft.

Unsere Zelttür steht dir immer offen.



## Insekten- und Sonnenschutz

Der Lagerplatz in SaeManGeum liegt in Meeresnähe - es ist daher davon auszugehen, dass vermehrt mit Insekten zu rechnen ist. Daher bitte auch Insektenschutz einpacken, damit ihr etwas dabei habt. Es wird auch vor Ort einen Insektenschutz in den Lagershops zu kaufen geben, jedoch wissen wir noch nicht ob dieser zeitgleich mit euch eintrifft bzw. in ausreichender Menge. So habt ihr für die ersten Abende auf jeden Fall was.

Ebenfalls bitten wir euch an Sonnenschutz mit einem sehr hohen Lichtschutzfaktor, sowie eine After-Sun-Hautpflege, zu denken.

## Brillen und/oder Kontaktlinsen

Solltet ihr Kontaktlinsen- oder Brillenträger\*in sein denkt bitte daran, Ersatzkontaktlinsen bzw. eine Ersatzbrille mitzunehmen.

Brillen gehen gerne verloren oder sogar kaputt, Kontaktlinsen werden schmutzig und können nicht mehr verwendet werden. Die Organisation von Ersatzlinsen/-brillen ist in Südkorea sehr aufwendig und kann sehr kostspielig werden.

## Kontaktaufnahme während des Jamborees/Notfallnummer

Für Notfälle hat der Bundesverband der Pfadfinder und Pfadfinderinnen Österreichs eine Kontaktnummer eingerichtet, die die Kommunikation zum Jamboree sicherstellt.

**Tel +43 1 523 31 95 22**

Diese Nummer könnt ihr euren Eltern/Partnern/Notfallkontakten weitergeben. Wir werden am Lager für euch ebenso erreichbar sein. Welche Nummer das sein wird geben wir euch noch bekannt.

Wir bitten euch diese Nummer nur für absolute Notfälle zu nutzen - das Bundesverbandsteam in Wien wird das Kontingent am Jamboree kontaktieren und informieren. Außerdem wird es im Krisenfall möglich sein, über diese Nummer Informationen zur Situation am Jamboree zu erfahren.

Sollte es während des Jamborees zu einem medizinischen Notfall kommen, kontaktieren wir den in der Jamda eingetragenen Notfallkontakt direkt. Bitte kontrolliert noch einmal die Aktualität von diesem.

Liebe Grüße,

Madlen und Thomi