**Dringende goederen staan in vet:**

**1 Lijst Help Refugees (voor heren)**

**Kleding (HEREN)**

**T-shirts met korte mouwen (small / medium)  
T-shirts met lange mouwen (small / medium)  
Dunne / dikke truien (small / medium)  
Hoodies (small / medium)  
Dunne / dikke waterdichte jassen (small / medium / large)  
Joggingbroek (maat 25 - 35)  
Skinny broeken en jeans (maat 28 - 38)**Thermische shirts en leggings  
**Dunne donkere sokken  
Boxer shorts (Small / Medium / Large)  
Sportschoenen en laarzen (maat 39 - 43)  
Wintermutsen en handschoenen**

- Herenondergoed (ALLEEN NIEUW in small en medium)   
  
**Extras  
Rugzakken van 20L / 25L / 30L**

**Tenten (2/3 pers. M)**

**Dekzeil / tentzeil**

**Oprolmatten**

Franse Lyca Sim-kaarten  
**Wegwerp en niet wegwerp regenponcho's**

**Hygiëne**

**Rol deodorant  
papieren zakdoekjes**  
**vochtige baby doekjes**  
condooms  
Kleine douchegels

Stuur alstublieft **GEEN**:  
dekbedden  
kussens  
Luchtbedden  
gymnastiekschoenen  
Alles dat gebroken / bevlekt / gaten heeft   
Alles met slogans die als aanstootgevend / ongepast in deze situatie kunnen worden beschouwd

**2 Lijst Refugee Womens Centre (voor dames en kinderen)**

**Camping artikelen  
- Tenten (2-8 personen - vooral 4 personen en groter)  
- Slaapzakken (volwassenen, kinderen en baby's)  
- Dekens (dun / dik)  
- zaklampen (vooral opwindbare)  
- Thermosflessen (nieuw / ongebruikt)  
- Middelgrote en grote rugzakken  
- Herbruikbare plastic bekers en borden**- Grote potten en **pannen**  
- kookgerei (pollepel, spatel en opscheplepels)  
   
**Hygiëne artikelen  
- Deodorant voor vrouwen (spray en roller)  
- Shampoo  
- Conditioner  
- Babydoekjes  
- Babymelkpoeder (nr. 1 en nr. 3 bij voorkeur "Gallia" "Aptimol" of "Cow & Gate")  
- Luiers maat 4-6  
- papieren zakdoekjes en toiletpapier  
- Body milk (kindvriendelijk)  
- Babyshampoo   
- Douchegel  
- Luiercrème (bijv. Sudocrem)**  
**Kleding schoenen  
- Damesondergoed (nieuw / ongebruikt)  
- Kinderondergoed (nieuw / ongebruikt)**

**-Training pakken (VR)**

- Praktische sportschoenen voor dames (niet wit of licht gekleurd),  
- Zomerschoenen (sandalen, slippers en schoenen)  
**- Damesleggings (vooral maten medium en large)  
- Kinderkleding Leeftijd 4-7**

**- Jeans (voor vrouwen maat M en L)  
- Tiener sportbeha's**- Zomerpetten (dames en kinderen)  
  
**Diverse items**- Smartphones, telefoonladers en powerbanks  
**- babydraagzakken voor pasgeborenen**- Nagelknipper en pincet  
- Materialen voor damesactiviteiten: henna, nagellak, **make-up,** nagellakverwijderaar, wol, draad, kralen, paletten voor aquarelverf

Alle artikelen die we distribueren, moeten **in goede staat** zijn. We verdelen geen items met gaten / vlekken.  
  
**Items die we momenteel NIET kunnen accepteren**Schoenen  
Schoenen met hoge hakken  
Leren schoenen  
Dunne laarzen en laarzen voor vrouwen  
De enige schoenen die we momenteel verdelen zijn schoenen / sneakers / slippers / sandalen.  
  
Speelgoed  
  
Hygiëne:  
Maandverband  
Lippenbalsems  
Tweedehands babyflessen  
Stukken zeep  
incontinentiebeschermers (uitgezonderd incontinentie pull-up broeken)

Tandenborstel en tandpasta

1. **Lijst Refugee Community Kitchen**

**Specerijen**Citroenen en citroensap  
Zeezout & Tafelzout  
Zwarte peper  
Poederkruiden:  
Kaneel,  
Gember poeder  
Knoflook poeder  
Kerrie poeder  
Garam Masala  
Koriander poeder  
Komijnpoeder  
Nootmuskaat poeder  
Kurkuma poeder  
Mosterdzaden  
Korianderzaden  
Komijnzaad  
Venkelzaad  
Kaneelstokjes,  
cardamon  
Hele gedroogde pepers  
Chili vlokken  
Kokosmelk  
Gedroogde kokosnoot  
Kokosnoot poeder  
Azijn, Balsamico Azijn, Appelciderazijn  
Groentebouillon / Bouillon (Grote kuipen)  
Mosterd  
tahini  
Harissa  
Sumac  
Zatar  
Ketchup  
  
Zonnebloemolie  
Olijfolie

**VERSE GROENTEN**  
(minimaal 20kg)  
Appels  
bananen  
sinaasappels  
  
Knoflook  
Gember  
aardappelen  
Verse tomaten  
Ui  
Courgette  
Bloemkool  
Aubergine  
prei  
Selderij  
Komkommer  
Peppers  
Sla  
Verse pepers  
Verse kruiden: Koriander, Peterselie, Munt  
  
Gedroogde Bonen (25kg zakken)  
kikkererwten  
rode linzen  
Bruine bonen  
Pinto bonen  
Lima bonen  
  
Grote blikken tomaten in blik  
Ingeblikte bonen  
Nierbonen  
Kikkererwt  
Ingeblikte Vis (met trekring)  
sardines  
Makreel  
Tonijn  
  
   
Melk (lang houdbaar)  
Suiker  
Thee  
Instant- en filterkoffie  
Koekjes  
Pannenkoeken  
Chocolade  
Honing  
Stroop  
Gedroogd Fruit en Noten  
Gedroogde abrikozen  
dadels  
  
  
**NON-FOOD KEUKEN**  
  
PAPIER-bekers (geen plastic)  
Sponzen om afwassen  
Groene & metalen schuursponsjes  
Afwasmiddel  
Vloer schoonmaker  
ontvetter  
Antibacteriële spray,  
Spray Oppervlaktereiniger  
Grote keukenhanddoek  
Horeca vershoudfolie  
Grote afvalzakken (110L + 50L)  
Wasmachine poeder  
  
Schorten  
Waterdichte schorten