

Utrustningslista till läger - ett förslag

Det kan ta lite tid att få i ordning packningen, så börja planera och lägga fram grejerna i god tid. Du bör vara utrustad både för varmt och kyligt väder. Tänk dock på att inte ta med för mycket packning. Man klarar sig t.ex. utan en massa extra ombyteskläder.

Varm tröja

Ylle värmer även när det är fuktigt samt är säkert mot gnistor från elden. Fleece och liknande värmer också bra, men smälter vid kontakt med eld. Bomull kyler mycket när det är fuktigt.

Underställ och varma strumpor/sockor

Även här är ylle och syntet att föredra framför bomull. Understölet är bra att sova i när det är kyligt, så inget extra sovplagg behöver packas ner.

Regnställ

Då vi inte ska ut på långvandring, går det bra med vad som helst som håller vätan ute. Regnställ skyddar även mot kall vind. Viktigt att ha huva på jackan eller sydväst.

Mössa, vantar, halsduk

Även på sommaren kan det bli kallt och ruggigt!

Skjorta/tunn tröja

Vid solsken är det bra att skydda sig med ett tunt långärmat plagg.

Keps/solhatt, snusnäsdud, solglasögon, solskyddsmedel

Viktiga grejer, särskilt om du ska ut och paddla! Solhatt och snusnäsdud skyddar även mot mygg.

Byxor

Byxorna får gärna vara i ett material som torkar snabbt. Det är också viktigt att de håller mot myggbett (ut och testa!). Med tanke på fästingar, är det bra att ha långbyxor som går att stoppa ner i strumporna.

Stövlar/kängor

Någon form av enkla gummistövlar duger bra.

Sovsäck

En sovsäck för sommarbruk. Om du inte har sovsäck kanske du kan låna en. Är du frusen av dig, kan det vara bra att ha en ylleschal, en tunn filt eller liknande att förstärka med. Ett örngott att fylla med kläder fungerar som kudde.

Liggunderlag

Det är mycket viktigt att isolera mot kyla och fukt från marken när du sover ute. Liggunderlag finns både i cellplast och uppblåsbara. Cellplast duger bra om du inte vill ha lite mjukare underlag på grund av ryggproblem.

Tält

Har du inte eget tält, kan du säkert låna/hyra ett. Vissa sportbutiker hyr ut utrustning och en del kommuner har "sportotek" där du kan låna.

Stormkök, gryta, stekpanna

Stormkök för t.ex. T-sprit eller gas. Även detta kan du kanske låna. Bränsle för hela veckan. Tändstickor. Det kommer också att finnas möjlighet att laga mat över öppen eld om du har med gryta och/ eller stekpanna.

Köksutrustning

Tunn skärbräda, visp, slev, skål att äta ur, sked, konservöppnare, osthyvel (kan även användas som stekspade), vattenflaska och/eller termos, diskborste, dunk för dricksvatten.

Kniv

En allroundkniv att tälja grillspett med, skära av snören, hacka lök... Morakniv eller liknande. Det är viktigt att ha ett fodral till kniven för säker hantering. Är du intresserad av att fördjupa dig i täljning, kan det vara bra att även ha en täljkniv med lite kortare blad.

Hygienartiklar

Toapapper i en vattentät påse, liten förbandslåda, tvål och handduk, badkläder och badhandduk. Glöm inte viktiga mediciner (t.ex. mot allergi) om du har sådana! En tom petflaska för tvättvatten och en tunn handduk kan vara bra att ha med för att kunna hålla hygien vid mens. Våtservetter är ett annat sätt. Ta med extra skräppåse vid behov!

Ficklampa

Utrustning för aktiviteter

Om du vill kan du ta med dig utrustning för olika aktiviteter, t.ex. täljkniv, akvarellblock, färger och penslar, en flöjt, kikare, fågelbok, kamera, sångbok, frisbee, boll, cyklop och snorkel, högläsningsbok, broderisaker, stickning, dagbok, fiskespö eller vad du nu kommer på. Det gäller att välja väl, så det blir något som tar liten plats i packningen och samtidigt något som du verkligen kommer att använda.