

# PACKLISTA TILL NATURSNOKSLÄGER

Detta är en bruttolista ffa för de som tältar– allt måste inte med för alla.



## SOVA

- Tält – för de som tältar
- Sovsäck – för de som tältar /sover i vindskydd
- Liggunderlag – för de som tältar/sover i vindskydd
- Sängkläder + täcke - för de som sover inne
- Extra sopsäck att ha som golv i förtältet
- Ev. örngott att stoppa kläder i och ha som kudde
- Öronproppar brukar jag ha ibland för att kunna sova
- Glasögonfodral är en höjdare för att inte trampa sönder glasögonen i tältet även för solglasögon
- Ev godnattsagor
- Ev gosedjur

## KLÄDER

- Regnkläder, stövlar/kängor och sydväst
- Bra skor/sandaler
- Varma sovkläder - beror av vilken sovsäck du har, jag sover i långkalsonger och långärmad tröja beroende på årstid och väder, andra har inget på sig. Frusen om fötterna - se till att ha torra strumpor till natten!
- Vantar och mössa kan vara guld värda även i juli
- Gärna en skjorta över t-tröja – flerskiktsprincipen är guld värd!
- Tjock tröja, gärna ylle som inte blir kall om du blir blöt
- Kläder närmast kroppen bör inte vara i bomull, hellre Micro fleece eller merinoull, om det är regnigt ute - blir man lätt kall med bomull
- Ombyten – oömma kläder
- Underställ är aldrig fel att ha med sig även mitt i sommaren
- Solhatt/keps
- Mygg/knottnät till att ha över en hatt – OM vi får knottinvasion.
- Solglasögon
- Badkläder och handduk

## **MATEN**

- Sittunderlag
- Matsaker - tallrik, bestick, mugg och gärna en smörgåsburk
- Termos till kaffe och thevatten
- Vattenflaska gärna en per person

## **BRA ATT HA**

- Liten sax
- Toa/Hushållspapper (finns centralt också)
- Nål och tråd
- Silvertejp
- Extra rep
- Klädnypor
- Måånga plastpåsar
- Papper och penna
- Liten väska att fästa i skärpet – för värdesaker
- Extra tältpinnar o stag (=tältlina)
- Extra propp till luftmadrass om man har sådan

## **FÖRSTA HJÄLPEN – kommer att finnas centralt också**

- Förstahjälpen-kudde med plåster, sårtvätt mm
- Alvedon – barn o vuxen
- Handsprit

## **ÖVRIGT**

- Snorkel om du har
- Om du/ni vill visa någon lek ta med det som behövs
- Kan vara smart att ha en liten ryggsäck för att bära saker på olika utflykter
- Mobil och laddare
- Flytväst för barn under 10 kg
- Ficklampa eller allra bäst är pannlampa
- Myggstift
- Solkräm
- Necessär
- Mensskydd
- Gitarr (om du har) och sånger
- Yogamatta eller en större handduk att sitta på, då det kommer finnas ett valfritt yoga-extrapass