

Packningslista för hajker och läger

Du ska ha med dig

Sovsäck (anpassad efter temperaturen)
Liggunderlag
Extrakläder att sova i (strumpor, långärmad tröja och underställsbyxor)
Sittunderlag (eller använd liggerunderlaget)
Varm tröja
Vindtät jacka
Regnkläder
Strumpor, sockor (2 par dag)
Vattentäta stövlar/kängor/skor
Underkläder (1 par dag)
Ömma långbyxor (t.ex. arbetsbyxor, friluftsbuxor)
T-shirt (1 per dag)
Arbetshandskar
Varma vantar
Mössa (det kan även vara kallt på sommarnätterna)
Scoutskjorta och scoutalsduk
Toaletsaker (tandborste, tandkräm, liten handduk ev. medicin)
Matsaker (plastkåsa, djuptallrik, bestick)
Liten vattenflaska (fylld med vatten!)
Liten ryggsäck som går att packa ihop
Ficklampa (gärna pannlampa)
Kniv (om du har lov av dina föräldrar)
Gosedjur
Godis
Block och penna

Frivillig utrustning:

Kompass, tändstål

Tillägg för vinter

På vintern gäller samma packning som ovanför. När det kommer till kläder är det dock viktigt att du har med dig tillräckligt mycket kläder för att inte frysa. Men det är inte heller bra att få för varmt, då blir kläderna våta innanför vilket gör att man får kallare. Det är därför bra att komma ihåg **lager-på-lager-principen**. Det betyder att kläderna **inte behöver vara väldigt tjocka**, utan istället har man **många lager** med kläder på sig - då är det enkelt att klä av eller på sig mer kläder om man får för varmt eller kallt!

Tillägg för sommar

Shorts och keps
Badkläder och badlakan
Myggmedel
Solkräm