**Utrustningslista för hajk**

**I ryggsäcken:**

□ Sovsäck och liggunderlag □ Sovkläder (+mössa om vi sover ute)

□ Underkläder, strumpor och stickade sockor □ Långkalsonger/underställ

□ T-shirt □ Varm tröja

□ Byxor och shorts □ Regnkläder, byxor och jacka

□ Lättare skor, t.ex. gympaskor eller sandaler □ Mössa, vantar och halsduk

□ Gummistövlar/vattentäta vandringsskor □ Kniv

□ Tvättsaker: tandborste, tandkräm, tvål och handduk □ Ficklampa, (kolla batterierna)

□ Badkläder och handduk □ Survivalkit (om du har)

□ Matsaker i packpåsen: kåsa, bestick, tallrik □ Vattenflaska + minst 1L vatten för matlagning

**Bra att ha med:**

□ Sittunderlag □ Arbetshandskar □ Penna, papper, bok, kortlek

□ Kamera □ Gosedjur □ Solskydd t.ex. keps och solkräm

□ Toalettpapper □ Tändstickor i en plastpåse □ Telefon (avstängd under hajken)

□ Enklare sjukvårdsaker: plåster, myggmedel osv. □ Mellanmål

**På dig själv:**

□ Scouthalsduk och scoutskjorta om man har □ Oömma byxor

□ Kraftiga skor, kängor eller stövlar

OBS! Scouten ska vara färdigt påklädd vid avfärd så vi inte måste vänta på någon pga ombyte!

**Tips när du packar:**

□ Använd packpåsar för de olika plaggen och skriv på påsen var den innehåller, t.ex. byxor, tröjor...  
Det gör det mycket lättare att hitta i ryggsäcken.

□ Packa sådant som du kan komma att behöva först lättåtkomligt, t.ex. regnkläderna och matkärl.

□ Om du tar mediciner ha dem lättåtkomligt och berätta för dina ledare. Märk gärna allt med namn.

□ Märk alla scoutens saker med hennes namn/initialer!

□ Om scouten har telefon med sig på hajk så ska den vara avstängd och i väskan under hajken. Scouten får ringa hem på utsatta tider av ledarna. Anledningen till att telefonerna ska vara avstängda är för att ledarna ska ha god täckning om något händer och därmed snabbt kunna tillkalla hjälp. Om något akut inträffar kan målsmännen ta kontakt med ledarna som alltid har sina telefoner påslagna.

□ Packa alltid själv så du vet vad du har och var du har dina saker! Kom ihåg att det är scouten själv som ska bära väskan, så anpassa vikten därefter.