**Läger Guide**

Före man ska åka på läger så är det några saker man bör tänka på. Här kommer lite info som är mera riktad både till scouter och föräldrar.

Att tänka på inför och under läger:

* **Packningshjälp**. I början kan det vara bra om mamma eller pappa övervakar packningen **men se till att scouten själv vet vad han/hon har med och precis var i väskan det ligger.**
* **Vattentätt**. Packa alla kläder i vattentäta påsar så att de inte blir våta ifall det regnar på väskan. Vanliga matvarupåsar fungerar utmärkt. Ett bra system är att packa tröjor i en påse, strumpor i en annan osv. På så sätt behöver man inte riva ut allt ur väskan när man behöver något. **Var sedan noga med att stänga påsen efter att du tar något ur den på lägret**.
* **Sovsäcken torr**. Vissa sovsäckspåsar håller vatten medan andra släpper igenom vatten. Om man är osäker lönar det sig att lägga sovsäcken i en plastpåse så att den inte blir våt om det regnar på den eller det är vått på marken.
* **Val av väska**. På vissa läger skall man bära sin packade väska långt, då är en rinkka det absolut bästa valet. På andra läger bär man sin väska 50 meter från parkeringen (t.ex. Tisskärssand), då är väsktypen inte så viktig.
* **Regnkläder är viktiga**. Ta också med regntåliga skor.
* **Varma kläder**. Ta med varma kläder, lägren är ofta vid sjön och det blir kallt vid lägerbål på kvällen.
* **Lättorkade kläder**. Jag tycker inte om jeans och tjocka collegekläder. Blir de blöta är de svåra att torka. Välj ”sporttyg” och fleece.
* **Mössa på huvudet**. Är det varmt får man solsting utan mössa och är det kallt fryser man utan mössa.
* **Solkräm och aftersun**. Sätt på solkräm varje morgon. Även om det är mulet, det kan bli soligt på eftermiddagen. Aftersun är bra att ha ifall man glömt solkrämen och bränt sig.
* **Matkärlspåse**. Matkärl, alltså djuptallrik, sked, gaffel, kniv, mugg ska man ha i en tygpåse. Gärna märkt med namn, då torkar sakerna efter att man diskat och de hålls rena. Vill man spara på utrymme klarar man sig utmärkt med djuptallrik, sked och mugg.
* **Dagsryggsäck**. Speciellt på större läger behöver man en dagsryggsäck men det är bra också på mindre läger. I dagsryggsäcken kan man lägga en jacka, tröja och vattenflaska.
* **Skor inne i tältet**. När du tar av dig skorna för att gå in i tältet till natten ska du kolla att skorna är under tak så att det inte regnar i dem.
* **Ingen elektronik**. Ledarna har telefoner, man kan ringa hem och hemifrån via dem. Scouterna behöver alltså inga telefoner. Ofta finns inte laddningsmöjligheter och det är sandigt och vått.
* **Drick och ät mycket**. Det är ofta varmt och soligt. Glömmer man att dricka vatten får man solsting och glömmer man att äta får man saltbrist och näringsbrist. Drick och ät så mycket som du orkar så klarar du dig fint.

Läger är roligt! Hälsningar Patrulledarna