

## Pakkeliste Tropisk Backpacking

- 70-90 liter sekk
- T-skjorter 6 stk
- Undertøy 7 stk
- Sokkar 2 par (Går sjeldan i anna enn sandalar)
- Bukser 1-2 par
- Badetøy 2 stk
- Shortsar 3 stk, nokre som går til knea pga tildekking i visse områder
- Genser/bluse ol 2-3 stk (Ha nokre lette, langerma)
- Skjørt/sommarkjole 2 stk
- Regnjakke
- Tjukkgenser/jakke 1 stk, Nairobi ligg over 1600 m.o.h, kan bli kjølig på natta
- Lette sko 1 par
- Sandalar 1 par, evt kjøpe seg nokre på turen
- Tannpleiesaker
- Evt. Medisin og legeerklæring på dette
- Shampoo
- Solkrem faktor 30 og nedover
- Vaskeklutar 2 stk
- Handklede 2 stk
- Myggolje/spray, gå på apoteket for å få med DEET
- Malariatablettar malorone el lariam
- Medisin de brukar
- Imodium
- Idoform
- Antibac på flaske (2 stk.) antibac-serviettar
- Miniapotek plaster, gassbind, plastertape, gnagsårplaster, pyrisept
- Smertestillande
- Saks
- Aloe vera
- Sov-i-ro om ein føler for det

- Klødempande mot myggstikk
- Adapter til britisk standard
- Lakenpose
- Solbriller
- Evt personlege ting → Linser, linsevæske, briller og liknande
- Lommelykt til dobesøk i bushen
- Mobil utan sperre, då det lønar seg å få seg eit kenyansk tlf.nr (simkort)
- Kleenex el noko liknande
- Bok (om alle tek med seg ei kvar, så har me nok lesestoff til bussturar og slikt)
- Kamera, ladar
- Filmkamera??? +ladar
- Liten sekk
- Magebelte eller noko ein føler det er trygt å oppbevare verdisaker i
- Biotex, nokre pakkar skal halde
- Dagbok, har vist seg å vere svært populært
- Telefonnr. (Skaff nr til f.eks VISA Norge, banken og andre du ser som naudsynt).
- Pass som er gyldig **6 mnd etter heimkomst** (Heime 6-7 desember)
- 2 kopiar av passet (dette ordnar vi her på skulen)
- Visakort (IKKJE ungdomsvisa)
- Dollar (ca. 50\$ til naudstiltfeller)
- Vaksinasjonskort → Vaksinar tek me her på skulen, og du vil såleis få det oppdatert her
- Kopiar av evt reseptar og legeerklæringar

Du må passe på at du har gyldig reiseforsikring sjølv.

Ting de kan vente med, og gå i saman med andre for å kjøpe og dele på er:  
Gaffateip, Biotex, Adapter, Tigerbalsam, Smertestillande, Saks, Aloe vera og Miniapotek