

PAKLIJST MOEDER-KIND NACHTJE WEG

BACKPACK/SPORTTAS

SLAAPSPULLEN

- Slaapzak
- Luchtbed/matje
- Kussen

KLEDING

- stevige broek (sneldrogend)
- Shirt met lange mouwen
- Sweater/fleecevest
- Ondergoed (thermo)
- Ondergoed voor s nachts (droog)
- extra paar sokken
- Lichte schoenen (gympen)

WAT JE AANTREKT (let op de weersvoorspellingen)

- Waterdichte (wandelschoenen)
- Stevige broek (tip: wandel/outdoorbroek)
- Regenjas/regenbroek/jas
- Verschillende laagjes kleding

VERDER

- Toiletpullen
- Handdoek

PER STEL

- Tweepersoonstent (liever geen popup)
- Een koekenpan van 16-24 cm
- Een brander & gasflesje
- Lucifers/aansteker
- Schuursponsje
- Theedoek

DAGRUGTAS

PERSOONLIJKE DOCUMENTEN EN VEILIGHEID

- ID kaart (in waterdichte zak)
- Verzekeringspolis (in waterdichte zak)
- ICE (in waterdichte zak)

EHBO EN MEDICIJNEN

- (Blaar)pleisters
- Paracetamol
- Anti-teken middel, tekentang (evt anti-mug)
- Evt nodige medicatie

DRINKEN EN ETEN

- Grote fles water (1 liter)
- Thermosfles met heet water
- Bord
- Mok
- Lepel, mes en vork (of een spork)
- Zakmes

TOILET EN HYGIËNE

- Doggybagzakjes/plastic zakjes (voor toiletteren)
- Toiletpapier
- Desinfecterende zeep
- Papieren zakdoekjes

- (Evt. maandverband/tampons)

KLEDING EN ACCESSOIRES (LET GOED OP DE WEERSVOORSPELLIN G)

- Zonnebrandcrème
- Zonnebril
- Sjaal en handschoenen
- Pet/muts
- Regenkleding/poncho (liefst geen wegwerp)

OVERIGE BENODIGDHEDEN

- Bijbel (1 per stel)
- Notitieboekje
- Pen
- Hoofdlamp/zaklamp
- Plastic zak/vuilniszak o.i.d. om op te kunnen zitten