

VINTERSPEIDING

Å kle på seg lag for lag er ekstra viktig om vinteren. Du må kle på deg nok til ikke å fryse, men klærne må være lette å ta av når du blir varm av å bevege deg.

Klær til vintertur skal beskytte deg mot klimaet, være komfortable, isolere når du er i ro, og “puste” når du er i aktivitet. Det viktigste er ikke å ha nye, moderne turklær, men at de holder deg varm og tørr. Gjør deg kjent med utstyret ditt, pass på at det er helt og ta vare på det. Gode turklær skal kunne gå i arv!

Trelagsprinsippet: Flere tynne lag med klær

Når du er beveger deg, produserer kroppen overskuddsvarme, men så fort du er rolig, produserer den mindre varme og du får et varmetap. Målet er å holde en jevn kroppstemperatur på 37 grader. Derfor bør du kle deg etter *trelagsprinsippet*. Med flere tynne lag er det enkelt å ta klær av og på for å regulere temperaturen.

1. Innerlaget

Innerlaget består av undertøyet – eller klærne innerst mot kroppen. Bruk plagg som puster godt, slik at svetten ledes vekk fra huden. Styr derfor unna innerlag av bomull! Bruk en overdel (trøye), en underdel (bukse), truse og eventuelt en sports-bh. Undertøyet skal varme, sitte tett på kroppen og være behagelig å gå med. Buksa bør dekke godt opp på ryggen. Trøya kan gjerne ha lengre rygg enn front. Truser og sports-bher til turbruk bør være i ull, ullsilke eller kunstfiber, avhengig av hvor kaldt det er, og hva du selv liker. Sokkene skal være behagelige å gå med, ikke gi gnagsår og holde deg varm når du går, står og sover. Du trenger minst to par gode sokker, ett par som du går med, og ett som du sover med. Alle delene av innerlaget bør være av ull.

2. Mellomlaget

Mellomlag er klærne du har i midten, altså mellom innerlaget og ytterlaget. Mellomlaget skal være varmt, lett og puste godt, og brukes stort sett ikke når du går. I stedet tar du det på når du stopper. Er det veldig kaldt, trenger du kanskje å ha det på hele tiden. Om vinteren kan det være behagelig med et mellomlag på beina også. Mellomlaget kan også tas på som et ekstra ytterplagg i form av en dunjakke utenpå alle de andre klærne, men bare på svært kalde vinterdager.

3. Ytterlaget

Ytterlag er det siste laget i trelagsprinsippet. Det består av jakke og bukse som først og fremst skal holde vind og fuktighet ute. Ytterlaget skal derfor være vindtett og bør holde deg tørr hvis det er nedbør. Det må også være behagelig å ha på, bør ha plass til flere lag med klær under og helst tåle tøff turbruk. Det er en fordel om jakka har gode lommer, god hette med en avstivning i bremmen, stramming ved håndledd og hals, og gode luftemuligheter.

Glidelåser skal være av god kvalitet, og skal plagget være vanntett, må alle sømmer være sveisede og teipet på innsiden. Buksa bør ha god passform, ikke være for kort i livet og ha snøring eller bukseseler til å holde den oppe. Det bør også være mulig å stramme inn buksa ved ankene. Til sist trenger du [lue](#), [votter](#), varme sko, og kanskje [fotposser eller gamasjer](#) hvis du skal være lenge ute.

Dunjakke

På vinterturer kan det hende du må gå med mellomplagget på for å holde varmen. Når du stopper og trenger enda flere klær, kan det være behagelig med ei dunjakke utenpå alle de andre klærne. Den vil varme godt, og du slipper ikke ut varme unødvendig fordi du ikke trenger å ta av deg ytterjakka for å kle på deg dunjakka.

Pulk på tur

Pulk er et utrolig godt hjelpemiddel på vintertur.

For å lære mer om hvordan man bruker, pakker og vedlikeholder en pulk til korte og lange turer.

Bidrar til følgende mål

- **F-10** Utvikle gode rutiner for turplanlegging.

Sekk vs. Pulk

Å pakke i pulk gir muligheter for å få en full oversikt over alt utstyret ved bare å ta av eller åpne trekket. Det kan ta lenger tid å finne frem i en sekk kontra i en pulk.

Hvis terrenget er bratt, og snøen er løs, vil du sannsynligvis komme raskere fram med sekk fremfor pulk, i hvert fall hvis sekken ikke er altfor tung.

Hvordan pakke en pulk?

Hvis dere er mange som deler på én eller flere pulker, vil det være best å pakke fellesutstyr i pulken(e) og personlig utstyr i egne sekker. Speideren(e) som drar pulken(e) kan legge noe personlig utstyr i pulken om det er plass. Er du alene, kan du pakke pulken som om det var en sekk.

Pakk alt du har med deg etter kategorier. Bruk for eksempel utstyrsbagger eller pakkposer. Bruk gjerne forskjellige farger og størrelser slik at de blir lettere å skille. På tur vil det ofte oppstå et system av seg selv, der det du bruker oftest, havner som regel på toppen.

Eksempel på kategorier:

- Tørt skift
- Mat
- Kjøkkenutstyr
- Elektrisk utstyr (hodelykt, GPS, mobiltelefon, powerbank)
- Sikkerhetsutstyr: Førstehjelp, ekstra batterier, hodelykt osv.
- Brensel (bør pakkes slik at det ikke kan oppstå lekkasjer, gjerne i dobbel pose)

Det kan være lurt å skille ren og skitten sone i pulken. Brensel bør ikke ligge i nærheten av maten.

Skal du på en lang tur, bør du legge det tyngste nederst, slik at du får tyngdepunktet nederst i pulken. Det letteste, som sovepose, liggeunderlag, haikeduk og lette telt, kan ligge på toppen. Det er også lurt å fordele vekten slik at pulken ikke blir for tung foran eller bak. Dette vil gjøre at pulken går jevnt. Men må det være ubalanse, er det best om pulken er tyngre bak enn foran, for da vil den ikke grave seg ned og bremse når du går.

Pakk så lavt så mulig og bruk stropper for å holde alt nede, slik at vinden ikke får like godt tak i pulken. Dette kan hindre at pulken velter hvis det blir mye vind.

Sikkerhetsutstyr bør være lett tilgjengelig. Dette kan for eksempel ligge foran og øverst i pulken. Viktige ting på pakkelisten kan være: Førstehjelpsutstyr, ekstra hodelykt, fyrstikker, ekstra votter, lue, skift og en dunjakke e.l.

Det du trenger å ta med deg inn i teltet, kan for eksempel pakkes i en egen overnattingspose/pulkpose, slik at du tar bare den inn i teltet. Da slipper du å gå mange turer fram og tilbake til pulken. I denne posen kan det for eksempel være sovepose, liggeunderlag, toalettsaker, ladeutstyr, bok, spill, hodelykt, nattøy osv.

Bruk pakkelister for å minimere risikoen for å glemme ting.

Pulkdrag: stivt pulkdrag fremfor løst pulkdrag (taudrag)

Forskjell på stivt pulkdrag og løst pulkdrag (tuadrag):

- Stivt pulkdrag gir mulighet for bedre manøvrerbarhet i terrenget mellom trær og steiner.
- Løst pulkdrag (bruk av tau som pulkdrag) gir mulighet til å gå frem og tilbake til pulken, uten å måtte "klipse" av draget. Når pulken er løs på den måten, vil den gå fritt og velge det beste sporet i terrenget.

Andre tips

Når dere skal på tur sammen med patruljen, er det greit å avklare noen forventninger og mål om turen. Gjør dere dette, vil det blir mindre uenigheter og konflikter.

Ta en testtur:

Dersom dere er usikre på hvor mye dere kan pakke med dere og dra over lang tid, om soveposen er varm nok, eller om teltet fungerer som det skal, kan dere gå en mindre tur på forhånd. Pakk pulken slik dere ville gjort eller med noe annet tungt og sov en natt ute i nærheten av hjemme.

Ta med et tau for å bremse pulken i nedoverbakker. Det kan være et tau knyttet til pulken foran med en knute eller en karabinkrok. Tauet skal ligge under pulken og dette vil gjøre at den bremses. Dersom det ikke er nok, kan dere knyte en eller flere knuter på tauet.

Stol på tur:

Når dere kommer frem til der dere skal slå leir, blir det gjerne litt sitting i eller utenfor teltet. Da er en liten og lett stol veldig praktisk. Dersom du for eksempel har et liggeunderlag med stropper, kan den brettes til en stol.

Bruk et ekstra taudrag/hjelpedrag med eller uten strikk til de tunge og vanskelige partiene på turen. Dersom dere har et ekstra taudrag, vil det være mulig for en speider "å klippe seg på" speideren som drar pulken, slik at det er to som drar pulken etter hverandre. Det er også mulig "å klippe" hvert sitt taudrag i pulken, slik at det er to speidere ved siden av hverandre som drar pulken. En annen måte å hjelpe den som drar pulken på, er å sette skistaven i et hakk bak på pulken og dytte.

Vedlikehold:

Vedlikehold pulken etter hver tur. Tørk den og oppbevar den på et tørt sted. Lapp hull og rifter og bytt stropper om nødvendig. Dette forlenger levetiden til pulken og dere kan nyte godt av den på mange turer fremover.

Hvordan tørke tøy, sko og klær på fjelltur

Å tørke tøy og klær når det regner er fullt mulig, men det beste vil være å kunne tørke tøyet i solen. Sjekk derfor værmeldingen og vurder om det vil være larest å spare på det våte tøyet mens man venter 1-2 dager på solskinn.

Mugg i klærne vil som oftest ikke være noe problem i så korte perioder. Muggen bruker som oftest 24 til 48 timer på å utvikle seg i våte klær. Vri derfor klærne godt om for å bli kvitt den verste fukten, pakk dem så ned i sekken igjen og vent på sol og godt vær.

Bruk tau eller fiskesnor til å binde opp en kleshenger mellom trær, stødige pinner eller grener. Tvinn sammen to lengder med fiskesnor om du har mye tungt tøy som skal tørkes.

Tørk av tøyet i håndklær

Enten det er tepper eller håndklær du har med deg, å rulle det fuktige tøyet ditt i et håndkle kan raskt absorbere det meste av fuktigheten fra tøyet.

Vri ut mesteparten av fuktigheten og legg tøy utover håndkleet helst uten at det fuktige tøy ligger oppå hverandre. Rull så håndkleet passe stramt og stapp dette i sekken din. Når du ankommer teltplassen for natten kan du ta ut tøy og henge den til tork i teltet.

Tørk klær og sko med bål

Om det ikke er sol eller en god sterk vind, vil et leirbål fungere utmerket for å tørke klær og sko. Heng klærne rundt leirbålet med fiskesnor eller tau, eller lag et stativ med grener og stokker du kan finne i området.

Tørk skoene innvendig med varme steiner eller telys

Et fint triks for å tørke skoene raskt er å varme opp passe store steiner som du kan pakke inn og plassere i bunnen av skoene. Varmen fra steinene vil tørke ut skoene effektivt og skånsomt så lenge steinene ikke er for varme.

Tørk skoene med varme steiner. Finn små steiner og legg dem ved siden av bålet i noen minutter, eller kok de i vann.

Heller legg dem langt nok unna flammene slik at dem blir gjennomvarme med en fin lunk, istedenfor å legge dem direkte på glørne. Legger du dem direkte på glørne vil yttersiden av steinen bli glovarm, mens det indre av steinen vil være kald.

Pass på at disse små steinene ikke er for varme slik at de skader foret i skoene.

Pakk steinene inn i aluminiumsfolie eller noe annet du har, f.eks grønne blader som du finner i skogen før du legger dem i skoene.

Store flate oppvarmede steiner er også gode til å tørke ut vått tøy. Pakk en oppvarmet stein inn i det fuktige tøy og la den ligge over natten i teltet.

Tenn et telys i hældelen av skoene. Pass på så flammen ikke kommer i nærheten av skoene (ofte lite egnet til syntetiske sko da de ofte er lettantennelige)

Ta ut sålen, legg avispapir i skoene for å trekke ut fuktighet

Tørk tøy i soveposen

Utnytt kroppsvarmen og tørk små-fuktig tøy i soveposen. Bare husk på at for fuktige klær ikke vil kunne tørke effektivt, de vil også gjøre soveposen din fuktig og deg selv kald.

Heng tøy og sko bak på sekken

Bind klær og våte sko fast bak på sekken og la dem flagre i vinden. Et godt triks om du må videre og ikke har tid til å henge klærne på en fiskesnor. Dette fungerer spesielt godt i solskinn, men også på gråværsdager.

Tørk skoene med håndvarmere

Pakk med deg en pakke håndvarmere – selv på vår og sommertur. Hvis du får våte sko underveis på turen kan du først tørke ut den verste fukten med et håndkle, et annet tørt plagg eller et bind, og så legge oppi en av disse over natten. Håndvarmerene utvikler en kjemisk reaksjon som skaper god varme som varer i 4-6 timer, nok til å tørke en sko over natten.

Om vinteren kan du tørke klær ved å fryse de ned om natten, da kan du børste vekk all fuktigheten (som er blitt til rim.)

Er soveposen våt, kan du legge en søppelsekk inni soveposen. Du legger deg inni søppelsekken med et par klær på.

Hvis skoene er våte etter vading kan du ta på tørre sokker og trekke en plastpose utenpå sokkene. En «brødpose» fungerer fint. Legg på en runde med tape rundt ankelen så posen ikke sklir ned når du går. Da er du tørr på beina helt til du blir våt av svette.

Ta alltid med en liten børste på vintertur(f.eks. en halv bilkost) for å børste av snø av sko og klær.

Hvis det regner kan fuktige sokker tørkes på innsiden av klærne.

Forfrysning

Når hud og underliggende vev utsettes for meget lave temperaturer, kan vevet fryse og føre til forfrysning. De mest utsatte områdene er hendene, føttene, nesene og ørene

Frostbitt, lokal forfrysning, kan påvises ved at huden som har vært utsatt for kulde, er hard, bleik og kald. Ettersom vevet tiner opp, blir det rødt og smertefullt.

Barn får lettere frostskafer enn voksne

Førstehjelp

Hvis fingre, ører eller andre områder er blitt forfrosset:

1. Kom deg ut av kulden
2. Varm hendene dine ved å stikke dem opp i armhulene. Hvis nesene, ørene eller ansiktet er blitt frostbitt, varm området ved å dekke det med tørre, vottede hender
3. Ikke gni på de forfrosne områdene og særlig ikke med snø
4. Drikk noe varmt. Ikke bruk strålevarme fra ovn, peis e.l. Det kan lett bli brannskade på det følelsesløse stedet
5. Skaff akuttmedisinsk hjelp dersom nummenheten vedvarer gjennom oppvarmingen. Får du ikke hjelp umiddelbart, kan sterkt forfrosne hender eller

føtter varmes opp i lunkent - ikke varmt- vann. Vanntemperaturen bør være mellom 37 og 39°C

Forebyggende råd

- Ikke vask ansiktet med såpe om morgenen hvis du skal ut i kulda. Ansiktshudens normale fett beskytter mot forfrysninger
- Bruk varme, tørre klær som ikke strammer
- Ha med rikelig med reserveklær hvis dere skal være ute lenge, spesielt votter og ullsokker
- Skjerf og liknende som er bundet foran nedre del av ansiktet, blir fuktig av pusten og kan bidra til frostskafer
- Ikke ta med barn ut i kulda hvis det er lenge siden det har spist
- Ta med rikelig varm drikke
- Legg bare ut på korte turer når det er kaldt, spesielt når barn er med

Hvis du er ute og det er fare for forfrysninger

- Søk ly for vinden! Holde deg i bevegelse hele tiden. Beveg på fingre og tær og lag grimaser med ansiktet for å holde blodsirkulasjonen i gang
- Sjekk hverandres hudfarge på utsatte steder som panne, kinn, nese, hake og ører. Sjekk også følelsen i fingre og tær
- Varm opp den frosne kroppsdelen med din egen kroppsvarme
 - Du kan legge hånden på en skadet hake eller på kinnet
 - Du kan stikke en skadet hånd eller fot innenfor dine egne klær - i armhulen eller på magen
 - En fot kan varmes opp ved å holde den på magen til en venn

FINN TELTPLASSEN!

På vintertur har vi oftest med ski og kanskje i noen tilfeller truger. Finn en fin plass og tråkk ned snøen slik at den blir hard der du skal sette opp teltet. Tråkk helst til et større område enn arealet av teltet, da blir det lettere å feste bardunene. Tråkk også ned et område foran inngangen til teltet så slipper du å tråkke langt ned i snøen når du skal inn og ut av teltet. Dersom du lar den området du har tråkka ned ligge urørt noen minutter, så setter snøen seg bedre.

Er teltplassen vindutsatt kan du bygge en levegg av snø for å skjerme teltet mot vind og snøføyke. Denne lages av snøblokker du har laget med snøspaden. Bygg en kraftig mur i minimum samme høyde som teltet. Den må være kraftig nok slik at den ikke blåser ned og den må plasseres så langt unna teltet at det ikke dannes en bakevje der snøføyka legger seg altfor nærme teltet.

Ta på deg dunjakka

Dersom du har gått et stykke før du kom til teltplassen er du helt sikkert god og varm. Ha en dunjakke lett tilgjengelig og ta på deg denne straks du stopper, det gjelder også om du har pauser på vei til teltplassen.

Sett opp teltet

Sett opp teltet med kortsiden mot vinden, dette er spesielt viktig om du bruker et tunneltelt. Et tips er å gjøre det til en vane å feste en karabin i sekken eller i pulken med en snor/cord til en av pluggfestene i kortenden/fotenden av teltet. Da vil ikke teltet fly sin vei om det skulle være mye vind.

Bruk snøplugger da de er lengre og bredere enn vanlige plugger. Vanlige plugger vil være vanskelig å få festet godt. Ski og staver er supre å bruke for å feste barduner. Dersom du bruker ski med stålkant må du huske å ha stålkantene/undersiden av skien vendt mot teltet slik at de ikke kutter bardunene.

Bruker du staver og setter de med trinsen opp må du være forsiktig slik at ingen faller på stavpiggen. Det beste er å grave et hull med spaden og sette stavene med trinsen ned, men da må du huske å grave de opp igjen også. Hvis du prøver å dra de opp med makt er det fort gjort at trinsen blir liggende igjen under snøen.

Husk at dersom teltplassen er basecamp over flere dager for kortere turer er det lite hensiktsmessig å bruke ski og staver som bardunfester, da må du ha med nok snøplugger.

Kast snø rundt kantene på teltet eller på stormmattene, dette gjør at teltet fester seg og blir mer vindstabil og lunere.

Kulde- og kjøkkengrop

En kulde- og kjøkkengrop øker komforten på vinterturen. Grav en grop i ca halvparten av forteltet, ikke helt ut mot teltduken da vinden fort finner veien inn. Det er veldig behagelig å kunne sitte i innerteltet og strekke ut beina, spesielt når man skal lage mat i forteltet. Om det er mye snø kan du grave gropen så dyp at du kan stå oppreist i forteltet, dette gir mer rom for bevegelse og er praktisk når du skal kle av og på deg. Den delen som ikke er gravd ut fungerer utmerket som kjøkkenbenk.

Det finnes mange kreative måter og "innrede" kjøkkenet på, men de fleste har kjøkkenbenken mot skråtaket i et tunneltelt. Man kan også lage hyller i snøveggen og kanskje en liten benk til støvler.

Ren og skitten side

Gjør det til en vane og ha en ren og en skitten side i forteltet. Mat og snø til snøsmelting på en side. Drivstoff, søppel og doartikler på den andre siden.

Dette sikrer god hygiene og hindrer forurensing av snø til drikkevann og mat. Det samme gjelder for dobesøk, etabler en fast plass der man går på do slik at man ikke tar snø til drikkevann fra feil plass. Det er smart og tråkke en sti med ski eller truger til doplassen så du kan gå dit med sko.

Erfarne vintertelttere har gjerne med en egen tisseflaske slik at man slipper å gå ut av teltet om natten. Det finnes også smarte tissetrakter for jenter. Husk og merk tisseflaska godt!

Dersom du skal på tur over flere dager er man avhengig av å smelte snø til drikkevann. En egen ren pose til snø, f.eks en stor Ikea pose, er praktisk å ha i forteltet eller rett utenfor døra.

Innerteltet – en innesone med strengt ordensregime

For best mulig komfort, hygge og trivsel skal kun det mest nødvendige utstyret inn i innerteltet. Gjør det til en vane å dra minst mulig snø inn i innerteltet, bruk en snøbørste - f. eks en oppvaskkost og børst vekk mest mulig snø før du går inn i innerteltet.

Gjør det komfortabelt og hyggelig i teltet med en fjellduk i bunnen av teltet, reinsdyrskinn over liggeunderlaget og kanskje har du med en lyskjegle du kan henge i taket. Mange produsenter av liggeunderlag lager også utstyr som gjør at du kan lage en stol av liggeunderlaget, ellers så finnes det sitteplater med rygg som gjør det ekstra komfortabelt inne i teltet.

Lufting i telt

På vintertur er det viktig å lufte godt i teltet om natten for å begrense kondens og isdannelse på teltduken. Når vi har lagt snø opp langs kantene og på stormmattene kommer det mindre luft inn herfra. Bruk derfor de ventilene som er plassert høyere på teltet og lag en åpning øverst på døra til innerteltet.

Skal fyre brenneren til morgenkaffen er det lurt å skrape vekk den isen som eventuelt har lagt seg på teltduken før du starter brenneren. Da begrenser du drypping fra taket når isen smelter.

Sovepose

En kald natt med dårlig søvn vil kunne ødelegge en ellers super turopplevelse. Velg en sovepose som er beregnet for vinterbruk, dersom du ikke har dette kan det løses ved f.eks å kombinere en 3-sesongs sovepose med en fjellduk eller en sommerpose. Både dun og fiberposer fungerer, men de har ulike egenskaper og prislapp.

Fyring av brenner i telt

De fleste teltprodusenter fraråder at du fyrer med brenner i teltet da det alltid er en risiko forbundet med dette. De aller fleste som er på vintertur bruker allikevel brenneren i teltet, både til matlaging, snøsmelting og varme.

Skal du fyre brenner i teltet er det viktig at du kjenner brenneren godt!

Det er tryggere å bruke brenneren i ytterteltet enn i innerteltet. Hvis det ikke er strengt nødvendig å bruke den i innerteltet så bruk den i ytterteltet. Brenneren må stå stabilt på en plate slik at den ikke synker ned i snøen eller velter. Brenneren må stå slik at det er god nok klaring til teltduken.

Husk å lufte skikkelig om du bruker brenneren i teltet. Dårlig ventilasjon i teltet øker faren for karbonmonoksid forgiftning!

På vinteren er det anbefalt å bruke bensin eller multifuelbrennere da disse fungerer bedre enn gassbrennere. Gass, som er væske under trykk på boksen, fordamper ikke om det blir for kaldt.

Mange brennere som går på bensin må forvarmes, og da er det viktig å være obs på at flammene kan gå høyt over brenneren. Forvarm gjerne brenneren nede i kuldegropa eller utenfor teltet så er du sikker på at flammen ikke når teltduken.

En god regel for sikker fyring av brenner i telt er å aldri legge seg i soveposen når brenneren er i gang da det er lett å sovne fra brenneren. Ha alltid en kniv i nærheten så det er mulig å skjære seg ut av teltet om uhellet skulle være ute.

Øv på bruk av brenneren før du bruker den i teltet.

Liggeunderlag

Liggeunderlaget er minst like viktig som soveposen for å holde deg varm og god på vinterturen. Velg et liggeunderlag som er beregnet for vinterbruk eller kombiner flere tynnere underlag for å oppnå samme egenskaper.

Uansett er det lurt å ha med to liggeunderlag, et oppblåsbart for vinterbruk og et "vanlig" skumcelleunderlag. Reinsdyrskinn i tillegg til liggeunderlagene vil også øke komforten.

Hold deg varm og tørr

Er man i aktivitet blir man fort varm og svett. Bruk ullundertøy på vintertur, ull isolerer selv om det er vått og lukter ikke på samme måte som syntetisk undertøy.

Når du går inn i teltet for kvelden og den innerste trøya er fuktig eller våt tørkes denne best på kroppen. Er du kald kan du ta på en tørr trøye og ta den fuktige på utsiden av denne for å få tørket den før du legger deg for natten. Sokker og vanter tørkes best på innsiden av lårene mens du sover i soveposen.

Ha alltid et tørt skift med ullundertøy, tykke sokker og lue/balaklava i ull som du kan ha på deg i soveposen. Beveg deg slik at du får varmen før du kryper ned i posen. Spis gjerne et varmt måltid, drikk en kopp kakao eller solbærsaft og gå på do før du legger deg. Et annet godt tips er å fylle en varmeflaske med varmt vann som du har i fotenden av soveposen.

Pakk klær og utstyr i vanntette pakkposer med ulike farger, eller merk posene med en teipbit med tekst på, så holder du bedre kontroll og du slipper at utstyret blir vått.

Spis og drikk godt

På vinterturen brukes mye av tiden inne i teltet, til både snøsmelting og matlaging. Det er derfor viktig, som tidligere nevnt, å ha kontroll på ren og skitten side.

Husk å få i deg nok drikke jevnlig, det er lett å “glemme” å drikke nok om vinteren. Man svetter ikke like mye og får ofte ikke den samme tørsthetsfølelsen på vinteren som på sommeren.

Et godt tips for å gjøre snøsmeltingen effektiv er å samle ren snø i en stor IKEA pose som du har lett tilgjengelig. Da er det også lurt å ha en liten øse til å fylle kasserollen med. Er det kaldt kan det være lurt å lage et trekk av f.eks et gammel liggeunderlag som du har rundt flasken så vannet ikke fryser. Fyll alltid termoset med varmt vann før du legger deg for kvelden.

Det er også viktig å få i deg nok mat på vintertur. I dag finnes det mange gode varianter av turmat som du kun tilsetter varmt vann.

En populær frokost, spesielt blant de yngste villmarkingene, er å lage lapper eller pannekaker på brenneren. Du kan også toppe turen med å lage pizza på bålet til middag!

Husk hyggen i teltet

Det blir som nevnt, ofte flere timer i teltet på vinterturen enn om sommeren. Ta med en lyslenke og heng den i telttaket for stemning og hygge. Ta også med en powerbank som sikrer nok strøm til duppeditter. Yatzy og kortspill er sosialt og moro eller rett og slett kos deg med en god bok – husk hodelykt og sjokolade!