

PAKKLISTE FOR BEREDSKAPSSEKK

Pasient/redning

- Førstehjelpsutstyr
- Dunjakke/fiberjakke
- Shelter/vindduk

Lysutstyr

- Hodelykt med ekstra batteri
- Håndlykt med ekstra batteri

Bekledning

- Ullundertøy
- Votter, vanter, lue, hals
- Ullgenser eller fleecejakke
- Ekstra ullsokker

Mat og drikke

- Vann
- Mat, som kjeks/sjokolade/nøtter

Sambandsutstyr

- Nødnettradio
- Mobiltelefon
- Ekstra batteri

Utstyr til orientering

- Kart og kompass
- Blokk og blyant
- GPS
- Vanntett kartmappe

Annet

- Dopapir (pakket vanntett)
- Fyrstikker
- Kniv
- Fløyte
- Tape
- Multiverktøy

Beredskapssekk på vinterstid

På vinteren kommer noe tillegg til utstyret i listen over:

- Litt varmere mellomplagg
- Dunjakke
- Vindvotter
- Tjukke ullvotter
- Sondestang
- Spade
- Sende-mottaksutstyr
- Solbriller/snøbriller
- Vindtett lue og balaclava