



<b>Detta får jag inte glömma att ta med mig</b>	
Träningsoverall, tröjor, shorts, benskydd för fotbollslekar (ev tejp), grässkor (ev konstgräs el grusskor), dobbar är viktigt då alla sporter är på gräs, strumpor. (OBS! Flera ombyten, det är skönt att byta)	
Vattenflaska	
Regnkläder	
Extra ombyten vid regnigt väder	
Gympa/fritidsskor	
Fritidskläder som t-shirts, shorts, byxor, varmare tröja, jacka, kepa	
Underkläder (går också åt flera vid blöt väderlek)	
Pyjamas	
Toaletsaker som tandborste, tandkräm, tvål, schampo, solskydd, skavsårsplåster, myggmedel	
Medicin om du behöver för allergi eller liknande	
Badkläder & badhandduk (glöm inte det, här badar vi mycket)	
Sängkläder: Lakan, påslakan och örngott.	
Ryggsäck/mindre väska för att hålla ordning på kläder och prylar vid träningar. (Det är många deltagare på plats och här gäller det att hålla koll på sina saker!)	
Solkräm & myggmedel, ev mediciner eller reservglasögon	
<b>Frivilligt att ta med</b>	
Gosedjur	
Inneskor/tofflor om du vill	
Kortlek, spel, bok eller annan förströelse	
Ev lite fickpengar (alla måltider ingår). 100 kr per dygn bör räcka gott och väl. Det finns en butik i området.	
OBS! Ta inte med några värdesaker - lämna dem hemma. Mobiltelefon och annan teknik som barnen tar med får endast användas i stugan där de bor på utsatta tider (07.00-08.00 och 21.00-22.00). Övrig tid är de utomhus och umgås på traditionellt sätt.	

Tips: Låt barnet packa själv med föräldrars hjälp. Då vet man var allt finns och VAD som finns. Packa gärna i packpåsar. Ex. kan strumpor och underkläder ligga i en påse, varma kläder i en, regnkläder i en, matsaker och diskhandduk i en, badgrejor i en osv. Då har man ordning i väskan. Packa gärna i en lite för stor väska. Det är alltid svårare att packa ner använda kläder när man ska hem.

När det gäller skor och stövlar är det viktigt att man provar dem i god tid.

Ofta passar de inte sen sist!

Regnkläder är viktigt att de verkligen tål regn och mycket regn! På läger kan man inte gå inomhus och torka kläder så därför är det viktigt att undvika att bli blöt. Galon är det absolut bästa för barn, helt vattentätt och tål lek och bus bra. Många "funktionsmaterial" fungerar mest för en regnskur.