

Vandra i fjället

Utrustning:

Spade

Första förbandslåda

Rep/Makramé

Kniv med slida

Yxa/Såg

Tändstål

Tändstickor

Stormkök

Liggunderlag

Sovsäck

Tandborste som är avklippt

Tandkräm i liten behållare

Tält/Vindskydd

Litet örngott

Vedstockar eftersom vår vandringsrutt lider brist på natur

Ombyte av kläder. Mycket kläder så man kan klä sig i lager av t.ex T-shirts.

Påse

Vattenreningstabletter

Toapapper

Trefot

Förberedelser:

Kolla upp vädret

Planera hur mycket man ska äta

Brandrisk: Kolla upp vädret och sedan kolla var man ska göra upp eld

Planera vandringsväg

Använd karta/Kompass

Lämna färdmeddelande

Allemansrätten

Vår rutt:

Vi ska gå från Ritsem till Kebnekaise detta är ca 63 km mellan de. Man ska helst gå ca 3km/h istället för 6 km/h vilket pga packning och terräng.

Man börjar kl 6 på en torsdag eftersom att planen är att vara framme på söndagen. Sedan ska vi också tillbaka. När vi möts klockan 6 i Ritsem vid en sjö ska vi ha ätit en rejäl frukost.

Matlagning

Jag använder mig av ett stormkök eftersom att det är smidigare, tar mindre tid och tar relativt lite plats. Stormköket innehåller 2 kastruller, 1 stekpanna (som även kan användas som lock), tamoj (tång, används som handtag till kastrullerna och stekpannan), brännare (där spriten hålls i), vindskyddande under- och överdel och en rem. Jag ska laga makaroner och köttbullar.

Först hittar jag en plats som inte är i en torr miljö. Man ska t.ex. inte laga maten där man är omringad av torrt gräs eftersom att ifall en liten del tar eld så sprider sig elden jättesnabbt och ett helt område kan börja brinna. Ytan ska även vara plan för att spriten inte ska tippa vilket kan orsaka brand. Om det regnar ute eller om det är för mycket mygg ute så kan jag laga maten inne i tältet men då måste jag vara extra försiktig så att inget börjar brinna.

Jag börjar med att sätta ihop underdelen och överdelen. Sedan fyller ungefär halva brännaren med sprit. Jag sätter sedan ner brännaren i hålet i mitten av stormköket. Sedan ska jag börja förbereda kokningen av makaronerna så jag fyller min kastrull med vatten. Efter det tänds jag en tändsticka och lägger den i brännaren med spriten. Jag tänds tändstickan nere i överdelen för att få vindskydd (ifall jag är utomhus). Sedan när spriten har börjat brinna så känner jag först ovanför för att kontrollera att det är varmt, sen sätter jag på kastrullen med vatten. Jag använder stekpannan som lock över kastrullen. Om jag ska ta bort stekpannan eller kastrullen så använder jag tamojen för att gripa tag i stekpannan resp. kastrullen utan att bränna mig. När vattnet har börjat koka så håller jag i makaronerna och låter de koka. När makaronerna är klara lägger jag kastrullen åt sidan och lägger sedan på stekpannan istället. Sedan steker jag köttbullarna som vanligt. Ifall spriten plötsligt skulle ta slut så får man absolut inte fylla på direkt utan man måste vänta tills den har svalnat. Man ska kunna hålla den i handen utan att bränna sig. Detta är för att sprit har en låg flampunkt d.v.s att den kan börja brinna vid en rätt låg temperatur vilket innebär att den brinner jättelätt. Man måste därför vänta tills brännaren har svalnat helt innan man fyller på med mer sprit. Nu är jag klar med maten. Den äter jag i en kåsa med en spork. Om elden fortfarande brinner så kan man använda den för att värma upp vattnet till diskningen. Om inte så gör jag upp eld igen. När vattnet är varmt kan jag börja diska. När jag är färdig med allt så släcker jag elden genom att kväva den med lock. Man får absolut inte släcka den med vatten eftersom att vatten innehåller syre som gör att eld kan brinna. Därför kväver man den för att stänga ute syret. När

elden inte får något syre slocknar den. Sedan packar jag ihop stormköket. Brännaren lägger jag i en plastpåse innan jag packar ihop det med hela köket eftersom att det fortfarande kan finnas kvar sprit i den och ifall det läcker och kommer in i kastrullerna eller stekpannan så kommer maten att smaka sprit, vilket inte är gott. Jag ser till att ha plockat upp allt skräp och lägger det i en påse. Matrester kan man gömma under mossor eller stenar så kan det förmultna.

Sätta upp tält

Vi får inte vänta för länge med att sätta upp tält eftersom att det kan bli mörkt väldigt snabbt. Så när vi känner att vi har hittat en bra plats att tälta på och klockan börjar närma sig 6 så sätter vi upp våra tält. En bra plats att tälta på är ett plant ställe där det inte är en massa rötter som kan göra ont när man sitter eller ligger ner i tältet. Det är även bra ifall marken där man tältar är relativt mjuk eftersom att det då blir lättare att få ner tältpinnarna i marken. Eftersom att vi äter mat även på kvällen så bör vi inte tälta på en torr plats, ifall det skulle börja brinna när vi lagar maten. Sedan följer vi bara instruktionerna för hur man sätter upp tältet. Eftersom att olika tält har olika instruktioner så förklarar jag inte hur man sätter upp det. När vi packar ihop tältet så gör det inget ifall det är lite fuktigt eftersom att man lägger tillbaks det i tältpåsen och eftersom att vi ändå ska packa upp det nästa dag. Men om man skulle ha haft det nerpackat under längre tid så skulle det vara viktigt att det inte är fuktigt eftersom att det blir unket och det bildas bakterier vilket gör att det börjar lukta illa. När vi packat ner tältet kollar vi runt om oss ifall vi har glömt att plocka upp något skräp och plockar i så fall upp det och lägger det i vår soppåse som vi tar med oss.

Göra upp eld

Fram mot kvällen blir det kyligt så då gör vi upp en eld för att värma oss och grilla marshmallows, men också för att skrämman bort rovdjur. Först måste vi hitta en bra plats att elda på. Man ska absolut inte elda i ett område som är torrt t.ex. ett område där man är omringad av torrt gräs eftersom att det lätt tar fyr och elden sprider sig väldigt snabbt ifall det tar fyr i torrt gräs. Man får inte heller göra upp eld på klippställar (allemanrätt) eftersom att det kan bildas sprickor i berget/stenen. En bra plats att elda på är där det är grus eller sand och liten växtlighet och där det inte blåser för mycket.

För att bygga upp eldstaden börjar vi med att lägga upp ett brett lager med sand och grus i en cirkel. Sanden får vi genom att gräva i marken där det finns sand. Man gör detta för att elden inte ska komma ner i marken i rötterna efter som att den då kan sprida sig under marken och skapa en stor brand. På sanden lägger vi stenar i en ring. Detta gör man för att elden inte ska

kunna sprida sig på sidorna. Inuti ringen staplar vi sedan veden som vi har med oss som kapla alltså att vi först placerar två vedklubbor vågrätt och sedan två lodrätt ovan på dem. När man bygger upp eldstaden på det sättet så får elden fortfarande luft (syre) genom luckorna i "tornet" för att den ska kunna brinna men det skyddar även lite mot vind. Inuti ved-tornet lägger vi sedan brännbara material som torra grenar och kvistar och torrt gräs. (Allemansrätt) Man får inte bryta av grenar från träd utan träden måste vara döda för att få bryta av. Om det inte finns några döda träd så får man använda kvistar och kottar som finns på marken. Vi börjar med att lägga torrt gräs i mitten och lite kvistar runt om till att börja med för att elden lättare ska ta fyr. När det har tagit fyr så lägger vi på ännu mer kvistar, lite i taget tills det har bildats en så stor hög där elden kan brinna i ca två timmar. Om man märker att elden inte är så stor så kan man blåsa på det under ifrån ifall det går. Då får elden mer syre vilket gör att den brinner mer. Om man vill att den ska fortsätta brinna ännu längre efter att den har slocknat så lägger man bara på ännu mer ved. När elden har slocknat så är det bäst att hälla på vatten eftersom att det fortfarande kan finnas glöd kvar vilket kan börja brinna ifall det t.ex. börjar blåsa mycket. Så man ska alltid vara noga med att släcka elden ordentligt. Precis som när vi lagade mat så måste vi plocka undan allt vi har tagit fram och plocka upp allt skräp och lägga i påsar. Platsen vi eldade på ska så gott som det går se ut precis så som det såg ut från början.

Allemansrätten

När man vandrar i fjällen ska man tänka på att inte skada grödor och mark och att inte störa andra. Ifall man ser något bo med ägg i så ska man dels inte störa och det är helt förbjudet att ta äggen. Man får tälta något eller några dygn i naturen men man får inte tälta på jordbruksmark eller på tomter utan tillstånd av markägaren. När man eldar ska man tänka på att inte elda någonstans där det finns risk för brand d.v.s där det är torrt eller om det är eldningsförbud. Man får inte elda på klipphällar eftersom att de kan spricka vilket blir fult. Man får inte bryta av grenar från levande träd eller fälla träd och buskar. Man måste vara noga med att släcka elden helt eftersom att mossa och fuktiga växtdelar kan få glöd och behålla glöden länge och sedan börja brinna. Det är okej att plocka vilda bär, svamp, torra grenar och blommor men man får inte plocka blommor som är fridlysta. När man kampar måste man tänka på att all nedskräpning utomhus är förbjuden. Därför måste man alltid städa efter sig varje gång man gjort något som t.ex. efter matlagning eller efter eldning. Skräpet ska man lägga i en påse och om det finns en soptunna i närheten ska man slänga påsen där, annars får man ta med sig den under hela vandringen. Man ska aldrig lämna soppåsen i naturen eftersom att djuren kan dra ut skräpet och skada sig. Man ska alltid försöka lämna naturen lika fin som den var när man kom dit.

