

# GREJLISTE

## SPIRENE

Denne liste er et forslag til, hvad for noget grej der kan være vigtigt at have som Spire. Der findes ikke én rigtig måde at være pigespejder på, ligesom der ikke er to grupper, der er ens. Derfor er det altid en god idé at forhøre dig hos din lokale spejderleder og spørge, hvad de anbefaler, at du/I anskaffer jer.

- Tørklæde\*\*
- Varmt praktisk tøj
- Godt fodtøj
- En drikkedunk
- Spisesæt (kop, tallerken og bestik)
- De grønne pigespejdere lommeuide
- De grønne pigespejdere sangbog
- Lommelygte el. pandelygte
- Knobreb\*
- Dolk\*
- 
- 
- 
- 

## TIL OVERNATNING / TUR

- Turtaske / Lille vandrygsæk
- Tresæsoners sovepose
- Liggeunderlag (skum anbefales)
- Mikrofiber håndklæde
- Siddeunderlag
- Solcreme
- Pung til værdigenstande/Pas\*
- Myggespray\*
- 
- 
- 
- 

\*Er ikke nødvendige, men kan være rart at have

\*\*I nogle grupper udleveres tørklædet af spejderlederen

## VARMT TØJ

### BLIV KLÆDT PÅ TIL SPEJDERLIVET

Det er en myte, at mere tøj automatisk gør dig varmere. Hemmeligheden er lag-på-lag. På den måde kan du let tilpasse dig vejret og dit aktivitetsniveau og dermed holde varmen bedre. Her får du nogle tips til materialer og beklædning, så du/dit barn er godt klædt på til spejderlivet.

#### Inderste lag

Består af materialer, der transporterer sved væk fra kroppen, som uld eller syntetiske tekstiler. Undgå bomuld, da det holder på fugten og gør dig kold. Merinould er et godt valg – det er blødt, selvrensende og temperaturregulerende, hvilket gør det ideelt både vinter og sommer. Dit inderste lag kan være en langærmet eller kortærmet t-shirt, afhængigt af temperaturen. Hvis det er koldt, er lange underbukser også en god idé for at holde varmen



#### Mellemlag

Vælg isolerende materialer som fleece eller uld til mellemlaget, da de effektivt hjælper med at holde på kropsvarmen. Begge materialer er lette, åndbare og gode til at isolere. En pigespejdertrøje eller en lækker logo-fleece er perfekte valg til mellemlaget. På benene vil mellemlaget ofte være et par behagelige slidstærke bukser.

#### Yderlag

Yderlaget er det beskyttende lag uden på mellemlaget, som skærmer dig mod vejr og vind. Det består ofte af en skaljakke eller regnjakke samt regnbukser. I vintermånederne kan yderlaget være en flyverdragt eller vinterjakke sammen med overtræksbukser, der giver ekstra beskyttelse mod kulden. Vær opmærksom på meget isolerende lag ofte ikke er åndbare, hvilket kan medføre, at sved bliver fanget og gør dig kold og våd indefra, især ved høj aktivitet.



#### Hoved, hænder og fødder

Hænder, fødder og hoved er særligt udsatte områder, hvor meget kropsvarme kan gå tabt. Anskaf et par gode fingerhandsker og hue til kolde perioder. Et uundværligt tilbehør i spejderlivet er buffen/halsrøret, der kan bruges både vinter og sommer. Den er ideel, når du skal sove ude, da den beskytter ansigtet og er let at ånde igennem. Der findes to super seje varianter af pigespejder-buff i merinould, som kan købes hos Spejder Sport. Vandresokker i uld er geniale til at give et godt og tørt fodklima både vinter og sommer. Glem ikke et par gode praktiske støvler, sko eller sandaler.

Find vores lækre brandvarer og andre velegnede produkter hos Spejder Sport.