

# Paklijst



**Wat en hoeveel je mee moet/wilt nemen is verschillend per persoon. De één heeft wat last van zweetvoeten, de ander wat minder haar op z'n hoofd, de volgende slaapt het liefst in z'n eigen tent en een ander moet er niet aan denken dat ding op de rug mee te torsen. Het aantal dagen dat je op pad gaat, is natuurlijk ook bepalend.**

- Paspoort of identiteitskaart
- Ziektekostenverzekeringsbewijs
- Pinpas, creditcard, contact geld
- Rijbewijs en/of OV-chipkaart
- Telefoon en oplader
- Wandelgids, routebeschrijving en/of kaart
- Wandelschoenen: ingelopen, goed zittend
- Wandelsokken + reserve
- Adreslijstje (overnachting, contactpersoon bij calamiteiten)
- Proviand onderweg, veldfles (minimaal 1 liter)
- Regenkleding
- Kleding: makkelijk zittend. Meerdere dunne laagjes, is beter dan 1 dikke
  - Ondergoed
  - T-shirt(s)/Blouse
  - Trui
  - Broek (bijvoorbeeld afrits)
  - Reservekleding (evt. ook voor de avond)
- Pen en papier
- Leesvoer
- Regenhoesje routebeschrijving en rugzak. Plastic zakken/vuilniszak
- Toiletpapier
- Elementaire EHBO:
  - pleisters
  - snelverband
  - sporttape
  - blarensset (naald, aansteker, betadine)
  - schaartje
  - blarenpleisters
  - insecten crème
  - pijnstillers
  - tekenlepel/-tang
- Toiletpullen:
  - Handdoek
  - Zeep
  - Tandborstel/tandpasta
  - Deodorant
  - Shampoo in mini-fles
  - Kam/borstel

Stichting Wandelnet

Berkenweg 30

Postbus 846

3800 AV Amersfoort

T 033 465 36 60

F 033 465 43 77

[info@wandelnet.nl](mailto:info@wandelnet.nl)

[www.wandelnet.nl](http://www.wandelnet.nl)

- Persoonlijke medicijnen/verzorging

- Persoonlijke toevoegingen:

.....  
.....  
.....

Eventueel:

- Kompas
- Verrekijker
- Lidmaatschapskaart natuurorganisatie(s), Stayokay, Nivon
- Zakboekje flora en fauna
- Zakmes
- (Zonne)bril
- Schoenonderhoudsmiddel
- Reserveveters
- Mini-naaisetje
- Fotocamera, reservebatterijen/oplader, geheugenkaartje
- Zonnebrandcrème
- Scheermiddel
- Slippers/sandalen/sloffes
- (Zonne)pet/muts/handschoenen
- Korte broek
- Zwemkleding

## **KAMPEREN**

- Tent
- Haringen, scheerlijnen, grondzeil
- Isolerend slaapmatje
- Slaapzak
- Kookgerei (eventueel)
  - Pannenset
  - Brander
  - Brandstof
  - Bord, beker, bestek
  - Flesje afwasmiddel
  - Droogdoekje en schuursponsje
  - Kleine potjes (koffie/thee/suiker/zout etc.)
  - Eten (kortkokend)
  - Lucifers/aansteker

Eventueel:

- Natuurkampeerkaart
- Zaklamp
- Kleine wasknijpers (plastic clipjes waar een broodzak mee dicht zit volstaan ook)
- Sjorbanden