



Uudenmaan Pelastuslaitos
Nylands Räddningsförbund



HELPE
www.helpe.fi

VARUSTELISTA FEENIKS24-LEIRILLE

VAATETUS

- harjoitusvarustus: haalarit, kypärä, vyö, hanskat ja saappaat
- mahdolliset kurssikohtaiset varusteet (kurssinjohtajalta saadun ohjeistuksen mukaisesti)
- riittävästi lämpimiä vaatteita – varaudu vaihteleviin säihin!
- verkkarit tai väliasu (jotain rentoa) ja lenkkarit
- diskovarustus
- uima-asu, pyyhe ja suihku/rantasandaalit
- pefletti (saunomista varten)
- lippis, huivi tai muu auringolta suojaava päähine
- sadeasu (ja kumisaappaat)
- vaihto- ja varavaatteita + varajalkineet (t-paita, sukat ja alushousut jokaiselle päivälle omat!)

MUUTA TÄRKEÄÄ JA TARPEELLISTA

- makuupussi ja tyyny (halutessa lakana/pussilakana/tyynyliina)
- makuualusta
- ruokailuvälineet: lautanen, muki, haarukka, veitsi, lusikka, astiapyyhe ja ruokailuvälineille kassi (kangaskassi on paras ruokailuvälineiden kantoon)
- peseytymisvälineet ja muut hygieniatarvikkeet (mm. hammasharja, -tahna, shampoo, saippua, dödö, jne)
- Kela-kortti ja mahdolliset lääkkeet alkuperäisissä pakkauksissaan ja annosteluohjeet
- punainen opintokirja (jos palokunta käyttää)
- juomapullo
- puhelimen laturi ja varavirtalähde (powerbank)
- muistiinpanovälineet, eli kynä, kumi ja vihko sekä kirjoitusalus/kansio
- retkijakkara
- taskulamppu/otsalamppu
- Pankkikortti/Visa Electron kanttiinia varten (emme suosittele rahan mukaan ottamista, toki rahaa voi kanttiinissa käyttää)

OTA MUKAAN MYÖS ASIOITA, JOITA MUUTENKIN KÄYTÄT, ESIM.

- hyttyskarkote
- aurinkovoide
- huulirasva
- korvatulpat, unimaski, unilelu
- Bluetooth-kaiutin, kuulokkeet
- luettavaa, pelikortit, Uno, Skip-Bo, Yatzy...