



Hvordan pakke kofferten til to uker på Diannah Bolong?
Du trenger mye mindre klær enn du tror, og færre par sko, mer av toalettsaker.

Praktiske ting og klær

- Hodelykt, med tilhørende batterier
- Håndklær x2
- Minst 1 kjole/skjørt som dekker knær, (til høvding eller kirkebesøk)
- Lette treningsklær til yoga og dans
- Sommertøy, for eksempel to shortser og 4 t-skjorter og en kjole eller to
- Lys langermet genser eller jakke (mygg styrer unna om kvelden)
- Lang tynn bukse, gjerne lys
- Badetøy
- Redningsvest til båttur
- Joggesko for lengre turer
- Kjippkjapper er VIKTIG å ta med seg

Toalettsaker er det viktig å huske, det er langt til nærmeste apotek

- o Deodoranter
- o Antibac
- o Våtservietter (2 pakker er lurt)
- o Idoform (hvis ønskelig)
- o Saltløsning (det er veldig varmt, og det kan være greit med litt ekstra mineraler etter en workshop, eller lang dag på stranden)
- o Malariatabletter
- o Tannbørste og tannkrem
- o Sjampo og såpe
- o Litt Biotex eller lignende til håndvask
- o Myggrepellent
- o Tamponger og bind
- o Lurt å ha paracett eller lignende
- o Solkrem
- o Eget speil, gjerne med litt størrelse



Diannah Bolong

Indre ro i afrikanske omgivelser

Pakketips

Noe ekstra proviant kan være lurt å ha med på varme dager, eller på lengre reiser.

- o Salte kjeks
- o Gjendekjeks, Mariekjeks eller lignende
- o 2 pakker knekkebrød og en tubeost/Nugatti, syltetøy på tube

Tips til småting som kan være hyggelig å ha med:

- o Penner, er en ettertraktet vare og kan være en fin gave til barn man bli godt kjent med, eller på et skolebesøk
- o Blyanter, skriveblokker, hviskelær, og skolemateriell generelt (kanskje du jobber på et sted med profileringspenner dere har for mange av?)
- o Tegnesaker,
- o Kritt, er en stor mangelvare på flere skoler
- o Såpebobler er superpopulært blant småbarna
- o Bilder av din familie og hvordan naturen ser ut der du bor, kanskje av et kjeledyr
- o hoppestrikk eller hoppetau

Mvh
Rebecca van Eck