



Förslag på packlista inför ditt läsår på SSN

Kläder

Under året kommer ni att vistas i varierande klimat. I Nairobi kan det vissa perioder vara kallt, ungefär som en svenska höst och vid besök på kusten och under våra utflykter kan temperaturen stiga uppemot drygt 35 grader.

Vi vill även göra er uppmärksamma på att det finns kläder att köpa här i Kenya i såväl affärer som på stora secondhand marknader.

- Regnställ
- Byxor - vardagsbyxor men även friluftsbuxor som kan användas på safari och under vandringar
- Tröjor - varma tröjor för kvällar men även för utflykter. En fleece är alltid bra att ha med sig.
- Varma kläder
- Vardagskläder för livet på internatet
- Jacka -tunn dunjacka kan vara bra att ha under resor när det på kvällarna kan bli kallt, men även en vardagsjacka kan vara bra att ha
- Sovkläder och mjukiskläder för såväl internatlivet som vid utflykter.
- Tjocktröjor/lager-på-lager tröjor
- Festligare kläder för utekvällar och restaurangbesök
- Badkläder
- Träningskläder, för alla säsonger och olika sporter
- Underkläder, svårt att få tag på underkläder av bomull.
- Strumpor - bra om några är ordentligt varma
- Underställ, skönt att sova i på utflykter.
- Keps och/eller solhatt
- Solglasögon

Skor

- Tofflor att ha på internatet
- Ömma skor t ex vandringskängor
- Löparskor, gymnastiskor
- Flipflops eller andra badtofflor
- Vardags skor
- Finskor är inte nödvändigt.

Teknik

- Hörlurar
- Kamera
- Powerbank
- Mobil. Det finns billiga telefoner att köpa på plats, men det kan vara bra att ta med sig en gammal telefon som kan användas till ett kenyanskt sim kort.
- Hårddisk/USB
- Minneskort
- Adapter finns i varje elevrum, men det kan vara bra att ha med sig en extra för att ta med sig på resor.
- AUX-sladd (om du har)

Skola

- Dator med **Office-paketet**, som fungerar även när man är offline - Kenyas internet är inte alltid att lita på. Viktigt att ha med sig ett datorfodral då det till och från är mycket dammigt här i Kenya.
- Adapter till datorn – HDMI ingång
- Grafritande miniräknare – se separat bilaga för mer info

Hygien- och apoteksprodukter

- Myggmedel
- Solkräm och solskydd. Båda finns att köpa här i Kenya, men produkterna hemifrån är både effektivare och billigare
- Salva mot klåda och bett
- Alvedon alternativ Ipren
- Resorb
- Halstabletter
- Nässpray
- Skavsårslåster
- Öronproppar
- Eventuella mediciner

Övrigt

- Specialutrustning för hobby/intressen
- Liten ryggsäck för vandringar
- Sportbag eller liknande för helgutflykter
- Sovsäck. Det finns att låna på skolan, men det kan uppskattas att ha egen sovsäck på helgutflykter
- Liggunderlag

Saker att ha med sig i mån om plats:

- Extra skrivblock, eventuellt skolmaterial
- Hygienartiklar - schampo, tandkräm, krämer
- Inredning till rummet - fotografier, ljusslinga, doftljus.
- Handduk - finns att låna på internatet
- Lakan - finns att låna på internatet, men kan vara kul att ha eget
- Godis eller annat gott som man kan komma att sakna!

Utrustning/packlista för de som planerar att bestiga Mount Kenya

Varm sovsäck Viktigt med en 4 – säsongers sovsäck. Högt uppe på berget blir det kallt på natten. Välj en med comfort -temperatur för minst 5 minusgrader . Temperaturen går ner till mellan -5 och -10 på natten.	Liggunderlag Komfort och isolering är viktig. På ett för tunt liggunderlag förlorar du kroppsvärme till den kalla marken.	Mössa och vantar Tänk kall svensk vinter. En rejäl mössa och dubbla vantar, ett par tjocka, typ skidhandskar och ett par tunna att ha i dessa. Komplettera gärna med en halsduk som skydd mot kyla och vind.
Underställ I syntetmaterial eller ull som transporterar fukten utåt. Underkläder i samma material rekommenderas också. 	Pannlampa Underlättar lägerlivet och är nödvändigt när vi går mot toppen på natten. 	Vandringskängor och strumpor Kängorna ska ha styv sula, gott ankelstöd, grovt mönster och vara vattentäta. Du får inte gå i låga skor.  Skidstrumpor/yllstrumpor ska du ha med.
Vandrarbyxor 	Skalkläder Regn- och vindsyddande. Både jacka med huva och byxa.	Fleecetröja och dunjacka Kylan är påtaglig när vi kommer högre upp. 
Dagryggsäck Storlek ca 25-30 liter. Det är viktigt med avbärarbälte. Regnskydd behövs.	Ryggsäck Ca 75 liter och med regnskydd .	