

Tips til køretur i koldt klima, f.eks. Lapland om vinteren.

Overvejelser efter tur til ”Jokkmokk Marknad” februar 2016, v/folk fra Klan Rover og Fenris Gear.

Baggrund:

Nedenstående er en opsummering af erfaringer fra en tur til ”Jokkmokk Marknad” i februar 2016, hvor tre Land Rover Defender med hver to mand ombord kørte fra København til Lapland og hjem igen. Oplægget var, at vi i videst mulig udstrækning skulle campere og sove ude, primært i tagtelte, uagtet at det kunne blive helt ned til 35° frost undervejs. Vi medbragte også en *lavvu* (teepee) med indlagt brændeovn. På den tid af året bliver det i Jokkmokk lyst ca. kl. 09:00, og solen går ned omkring kl. 16:00. Reelt blev det på denne tur ikke koldere end -27° C.

Flere detaljer fremgår gentagne gange i teksten. Det er med fuldt overlæg for at få helheden med. En del af indholdet er kendt stof for nogle og kan så bare springes over. Vi regner med, at der vil være lidt nyt til alle. Om ikke andet vil der være stof til eftertanke eller mindelser om et og andet.

Udgangspunktet for al planlægning af vinterture er, at det til enhver tid gælder sig om at holde sig varm! Det er helt grundlæggende. Grundige overvejelser om tøj, soveposer, isolerende støvler, valg mellem uld og fleece o.s.v. er altså ganske enkelt essentielle - ligesom rutiner, der skal sikre rådighed over flydende vand fremfor isblokke og mulighed for at kunne lave (frossen) mad på bål undervejs. Tilsvarende gælder driftsikre og morgenduelige biler samt varme i kabinen.

Det kan alt sammen måske virke som et kæmpe projekt at blive klar til og gennemføre en vintertur i Lapland eller en anden lige så kold lokalitet. Bare rolig, det er det hele værd!

Hvorfor? Der er så flot i det høje nord, vinteren nordpå tager sig forrygende godt ud, luften er dejlig tør og ufattelig klar, og så er der normalt gode chancer for at se nordlys. Når man først er i soveposen, tung i maven efter en solid gang *renskarv* (en laplandsk delikatesse), sover man vældig godt og længe.

Grønlandsforskeren Knud Rasmussen er kendt for mange citater. Her er to:

- ▲ ”Giv mig vinter, giv mig hunde - så kan I beholde resten.” (*Vores* hunde er en skøn bil ;-)).
- ▲ ”Eventyret venter den, som forstår at gribe det.”

God læsning - og en GOD og SIKKER tur.

Heine B. Heinesen, marts 2016.

Tak til:

Jon Leiton Larsen, Martin Lutz og Kim ”Plys” Keincke for kommentarer og Flemming Andersen for korrekturlæsning.

INDHOLD:

1. Tøj og beklædning	3
2. Mad og drikke	6
3. Bilen	7
4. Udstyr	10
5. Overnatning i telt/tagtelt under kolde forhold	12
6. Omsorg	14
7. Sikkerhed	15

1. TØJ OG BEKLÆDNING:

Lidt baggrund om kuldeskader.

Man kan sagtens redde sig en let forfrysning og slippe godt fra det. Vel hjemme igen under varmere himmelstrøg vil man ikke mærke meget til det. Problemet er bare, at man, når man næste gang udsættes for svært koldt vejr, er mere sårbar over for selv kort tids eksponering af kulde, og en ny forfrysning opstår lettere. *Det* er et problem.

Den lette forfrysning ses ved, at det ramte område bliver helt hvidt, f.eks. som en hvid plet på kinden. Det er turkammeraternes pligt at holde øje med det!!! De mest udsatte legemsdele er fingre, ansigt, næse, tæer og ører. Man må selv mærke efter, om tæerne er blevet for kolde. Kan man stadig mærke dem, er det godt. Kan man ikke mærke dem, er det rigtig skidt.

Inderlag

- ▲ Helt simpelt har man kun brug for 2 sæt uldent undertøj og så yderligere varmenende lag udenpå. Efter en uge kan man skifte fra det første sæt undertøj. Fordelen ved uld inderst er, at det ikke bliver "klamt" ved længere tids brug. Får man ikke brug for sæt nr. 2 inderst, kan det bruges som et tyndt forstærkningslag.
- ▲ Bomuld inderst er forbudt! Det varmer ikke nok, og er det først blevet fugtigt, tørrer det svært langsomt og stjæler i den proces varme fra kroppen. Vil man have andet inderst, kan det også være svedtransporterende kunststofmateriale. Ulempen ved dette er, at det efter et par dage kan komme til at lugte fælt. Det gør uld ikke.

Mellemlag:

- ▲ Trøjer efter behag, nogle vælger fleece, andre uldne trøjer. Flerlagsprincippet er godt. En stor, tyk uldtrøje går man ikke fejl af. Dertil en eller to tyndere til at supplere med.
- ▲ Uld har den fordel, at det stadig isolerer noget, hvis det bliver vådt. Det gør fleece ikke. Til gengæld tørrer fleece meget hurtigere end uld.
- ▲ Til daglig under kørslen kan man - alt efter, hvor utæt bilen er, og hvor godt varmeapparatet evner at kaste varme i kabinen - vælge mellemlagstrøjer efter behag. Det kan være godt med en vindtæt jakke, f.eks. Gore-Tex. Den kan også bruges til pauser ude af bilen (frokost ;-)) og ved lejrslagning/ved bålet, hvis man tør satse på, at den er nok.

Yderlag (til daglig under kørslen):

- ▲ Folk har deres egne præferencer. En Buffalo jakke/anorak er f.eks. super. Gerne med hætte. Den vejer ingenting, er vindtæt og foret med fiberpels. Den er også god, hvis man skal op om natten og lette sig... Clawgear fra Schweiz laver også en dejlig let foret jakke med lang lynlås foran. En god kørej jakke, der er nem at tage af og på.
- ▲ Den lette jakke til lige at trække over trøjen, når man skal ud af bilen. Det skal være nemt. Om det er en bomuldsjakke, Gore-Tex eller noget andet, er en personlig smagssag.

Yderlag (i lejr):

- ▲ Hvis muligt vil man oftest gerne have et bål. Der er det fint med de tykke trøjer og en båljakke. Husk, at alt skal have to anvendelser, og igen kunne det her være en Gore-Tex jakke, som også er velegnet, hvis man støder på regn eller slud. Man ved aldrig.
- ▲ En dunjakke eller en andet foret jakke er også fin og kan slet ikke undværes, men husk at betænke bålet og gløder derfra. Skal man spadsere rundt i en by i 25° frost, er dunjakken/den forede jakke en absolut nødvendighed.
- ▲ En klassisk anorak i bomuld er glimrende i frostvejr og vældig underkendt i dagens verden. I stærk kulde er den uforlignelig med passende mange uldtøjer indenunder. Husk, den skal have en stor hætte, som kan sidde uden på pelshuen, hvis det bliver MEGET koldt.

Anorakken skal over hovedet hver gang, den skal af og på, men er man glad for komforten, tænker man ikke over det.

- ⤴ En foret kedeldragt er også en superdejlig sag. Den eneste ulempe er, at den er lidt besværlig at krænge af og på, hvis man skal træde af og sidde på hug i en skovbund, som er dækket med 30-40 cm sne (er der en hætte på den, skal man huske at trække den godt op mellem knæene... ellers går det helt galt).

Beskyttelse af hoved og nakke:

- ⤴ I meget koldt vejr (under -15°C .) kan en pelshue næsten ikke undværes. En tyk strikket hue eller fleec hue under en stor hætte kan også gøre det. En elefanhue/balacava er også et godt bud. Det er fint at have begge dele med, så man kan tilpasse sig behovet. Tag gerne lidt af hvert med.
- ⤴ Buffs/halsedisser kan ikke undværes. Buffs er kendt af alle; militære halsrør er sublime, når det er rigtig koldt.

Beskyttelse af hænderne:

- ⤴ Arbejdshandsker er gode at have med. Betænk, at selv forede arbejdshandsker ikke isolerer særligt godt, når man er stillestående. Men de er gode ved bålet.
- ⤴ Let forede arbejdshandsker med blødere skind i håndfladerne er glimrende kørehandsker og super, hvis man skal reparere eller pakke bil.
- ⤴ Tykkere skihandsker/vanter eller strikkede uldvanter/handsker er sagen.
- ⤴ Strikkede håndledsvarmere i uld er også et hit.
- ⤴ Vindtætte overtrækssluffer derudover kan anbefales, hvis det er meget koldt.
- ⤴ Flerlagsprincippet gælder også for hænder og fødder! Find frem til en løsning, hvor man kan regulere antallet af lag, så det præcis dækker behovet, hverken mere eller mindre.

OBS:

Er man ude i strenge kuldegrader, som f.eks. i Jokkmokk i februar med -15 til -30°C ., skal man huske, at der altid er risiko for forfrysninger, hvis man blottes hænder og hoved, selv i kortere tid. Tag derfor kun vanterne af, hvis det er strengt nødvendigt! Hold øje med hinandens kinder, ører, næse og hænder. Hvide pletter på huden er det sikre tegn på en let forfrysning.

Fødderne:

- ⤴ Det er ikke svært at pakke kroppen ind. Fødderne derimod skal man være nøje med at holde varme.
- ⤴ Forede vinterstøvler (Sorel/LaCrosse type) er gode. Køb ikke for billigt! Kopierne er simpelthen ikke varme nok. De må gerne kunne snøres godt om anklen. Hvis de slubrer, og man skal gå et par kilometer, kan de give de kedeligste vabler. De kan ikke undværes i en lejr, hvor man trisser rundt.
- ⤴ Der må gerne være plads til mindst to par tykkere sokker i de forede støvler. Stol ikke på producentens lovprisning af støvlens isolationsevne. Den holder aldrig i virkeligheden, så opgradér gerne.
- ⤴ Efter et par dages brug kan man med fordel tage inderstøvlerne/indersokkerne ud og tørre dem i bilen under kørslen. De samler altid lidt fugt ved almindeligt brug.
- ⤴ Under kørslen er det godt med lettere støvler, dog med plads til varme uldsokker.
- ⤴ Skigamacher (gaiters) er gode at have på. Undervejs kan man f. eks. fristes til at fotografere lidt, og så er der risiko for, at man skal ud i dyb sne. Med gamacherne på undgår man helt at få sne i støvlerne og dermed våde sokker. Til kortere pauser er det bøvlet at skulle skifte til de forede støvler, som er for varme at have på under kørslen, selv i en Defender. Gør det nemt for jer selv.
- ⤴ Når man er i hytte, vil være en luksus at have medbragt helt lette sko eller Crocs, som også kan bruges som badetøfler. Kommer man indenfor, er det rigtig rart.

Sokker:

- ⤴ Husk at skifte sokker ofte.
- ⤴ Tykke uldsokker, evt. med et tyndt par inderst, er godt.
- ⤴ Bomuldssokker er helt forbudt.
- ⤴ Man kan næsten ikke få nok med, men til hverdagsbrug, over 14 dage, er det fint med tre par til køresokker, og er man meget grundig, har man to sæt aftensokker til de varme støvler. Det kan virke som overdrevet, men man må ganske enkelt ikke gå ned på kolde fødder. I første omgang giver det en dårlig tur, i anden omgang kan give svære, varige mén.
- ⤴ På tur findes dagsokker og natsokker. Sokker, man har på om dagen, samler fugt og skal helst tørres i løbet af natten. Natsokkerne er kun til at sove i. De skal ligge sammen med soveposen og det, man ellers har på i soveposen.

2. MAD OG DRIKKE:

Grundlæggende: Spis og drik rigeligt. Forbrændingen er stor i streng kulde. Især skal man sørge for at være velhydreret. Man kan med fordel fylde væske på, inden det bliver aften. Så kan man med lidt held få tømt blæren inden puttetid og undgå at skulle ud af den varme sovepose i løbet af natten (IKKE rart ;-). *Skal* man ulykkeligvis alligevel ud, er der ingen grund til at trække pinen ud. Få det overstået med det samme...

Drikke:

- ⤴ Det kan være svært at holde væsker flydende i bilen efter et par dage. Sodavand, alm. vand eller lignende bør drikkes, inden bilen slukkes, og varmen forsvinder. Over natten fryser disse væsker helt, og så er der lang vej hjem. De tør ikke op, før man kommer i hytte. Køb/skaf fra dag til dag.
- ⤴ Sørg for i forbindelse med morgenmaden at varme vand til dagens forbrug og om aftenen at varme vand til næste morgen. Derfor en 1 liters termoflaske pr. mand.
- ⤴ Har man kun frosset vand, kan man altid smelte sne over et bål eller en brænder. Det kræver mindre tid og energi (brændstof/brænde) end optøning af hele isblokke. Det kræver naturligvis ren sne. Gul sne er ikke godt, hvilket giver anledning til at nævne, at man med fordel bør enes om ét sted til vandladning. Så slipper man for at skulle jage ren sne mellem de gule pletter.
- ⤴ Søde, varme drikke er som regel en lækkerbissen i koldt vejr. Varm saft for eksempel. Saft fryser... I Norge kan man købe solbærtoddy som pulver i portionsposer. Det er nemt og lækkert!

Mad:

- ⤴ Risikoen for indfrysning af madvarer er ligesom med vandet et problem.
- ⤴ Har man færdiglavet mad hjemmefra, skal der et godt bål og en stor tykbundet gryde til at få det varmet op. En portion til seks mand kan ikke klares på stormkøkkener uden at brænde uhjælpeligt på.
- ⤴ Det gode ved indfrysningen er dog, at det ikke er svært at få mad til at holde... Planlæg evt. fra dag til dag, hvis der er indkøbsmuligheder til det.
- ⤴ Frysetørret mad, f.eks. "Real Turmat" (norsk) er godt at have med til en nødsituation, eller hvis man kommer sent i lejr og bare vil i køjen. Det er for dyrt at basere en hel tur på det, så tag kun med til at klare et par måltider. Får man det ikke spist, kan man vel hjemme igen lægge det i depot. Det holder sig i årevis. Vælg den type mad, hvor man blot skal åbne posen, hælde nykogt vand på, røre rundt og lade det trække. Det er overkommeligt.

3. BILEN:

Helt basalt – det er indlysende, at bilen skal være i topform hjemmefra. Et nedbrud i -35° kulde har store konsekvenser og er forbundet med fare. Det kan være fatalt og skal tages alvorligt.

Derfor:

- ⤴ Alt, hvad der smøres kan, skal være velsmurt.
- ⤴ Det anbefales, at man kører med en lettere motorolie end vanligt. Bruger man f.eks. 15W40, vælger nogle 10W40, andre 5W40.
- ⤴ Gearkasse og diff'er: Man kan tilføje additiver til olien i gearkasse og diff'er, så olien ikke bliver for tyk i kulden.
- ⤴ Alle dæk skal være hele og i orden.
- ⤴ Kølervæsken skal frostsikres til at kunne klare mindst -30° C.
- ⤴ Motorvarmere servicerede og klargjorte.

Reserve dele:

- ⤴ Man kan tage et helt værksted med, hvis man vil. Grundlæggende skal man kun medtage væsentlige reservedele og værktøj dertil, hvis man selv kan fikse noget.
- ⤴ Er man ikke en haj til at skrue bil, er det en god idé at have reservedelene med hjemmefra og satse på et lokalt værksted til at skrue. Så slipper man for at skulle vente på dele fra et eller andet sted langt borte. Det koster rejsedage (og formuer).
- ⤴ Væsentlige dele, hvad er det? Ekstra kardankryds, hjullejer, diverse reservedele til bremserne samt skruer og bolte, der ikke er universelle... Det er op til den enkelte at bestemme, alt efter egen bils alder og generelle stand.
- ⤴ Er der sammenfald mellem bilmodeller, f.eks. to Defender 300TDI, kan man koordinere reservedelslageret, så man ikke slæber på unødigt meget. Pokker stå i det, om to velsmurte og passede lejer bryder sammen på samme tur.

Sprinklervæske:

- ⤴ Der findes væsker, som kan håndtere ned til 60 minusgrader. Hjemmefra fås de f.eks. hos T. Hansen (2016). Ellers er det en god ide at købe undervejs, så er væsken kuldesikret efter lokale forhold. Dyserne kan sagtens fryse til alligevel, men man undgår en lyseblå isblok i motorrummet.

Snekæder (især i Norge):

- ⤴ Snekæder er obligatoriske i Norge og ellers gode at have med hjemmefra uanset land.
- ⤴ Sørg for at tjekke, at de passer på hjulene. Det er en god idé at øve sig på at montere dem hjemme på parkeringspladsen, gerne med store vanter på. Naboer vil mene, at du er gået fra forstanden. Gør det alligevel ;-).
- ⤴ Der er to slags snekæder. Type 1 kan monteres, mens bilen holder stille. Meget nemme at montere. Type 2 skal bilen rulle ind over. Begge er fine, når først de er monteret. Model 1 er bare nemmere at håndtere.

Vinterdæk:

- ⤴ Fås med eller uden pigge. Hjemme i Danmark er pigge ikke nødvendige. Kommer man meget i det høje nord, kan piggene absolut være et fortrin, og på de næsten altid isede veje i det nordlige Skandinavien er pigdæk en ubetinget fordel. I Sverige er pigdæk derfor udbredt brugt nord for Göteborg.

Drivstof:

- ⤴ Køb brændstof lokalt, det er tilpasset kulden. Det gælder især, hvis bilen drives af en dieselmotor.

Batterier:

- ⤴ Det er væsentligt at kunne lade sine batterier op på en campingplads, og hvis chancen ellers byder sig. Mange steder i det nordlige Skandinavien er det en helt almindelig service, der tilbydes. Står bilen stille i flere dage, vil brugen af diverse fyr ellers dræne batterierne helt.
- ⤴ Opladning muliggør brug af arbejdslys uden på bilen uden at "stjæle" startstrøm.
- ⤴ En indbygget ladefunktion er absolut at foretrække. Har man ikke det, bør man tage en ekstern lader med.
- ⤴ Man kan spare på strømmen under forvarmningen ved at lukke for ventilatoren/luften til kabinen, mens motoren forvarmes. Start derefter motoren og lad så kabinen varme op.

Varme i bilen:

- ⤴ Motorfyr er en decideret nødvendighed.
- ⤴ Kabinefyr en luksus.
- ⤴ Mange bilister i det nordlige Skandinavien har en elektrisk dypkoger monteret i motorblokken. Ses lettest på 220v stikket et sted på forenden af bilen. Den er god til at holde motorolien passende varm, når motoren er slukket over natten eller i længere tid. Overnatter man på en campingplads eller ved et vandrerhjem, kan man næsten altid købe strøm der. Den er god at have!
- ⤴ OBS: Dypkogereren er et godt *supplement* til Webasto-varmeren, som bruger bilens brændstof og derfor også fungerer langt fra et strømstik. Skal man vælge mellem de to muligheder, er Webasto'en førstevalget - med tilhørende 220V/12V lader til at sørge for helt opladte batterier.

Beskyttelse af køler:

- ⤴ En "Radiator Muff" er ganske uundværlig! Uden den er det svært at holde en fornuftig driftstemperatur på motoren, og der bliver hamrende koldt i bilen. Det gælder især for dieselmotorer, men **også** for en benzin/V8'er.

Dørlåse:

- ⤴ De skal være vel smurte hjemmefra. Gentages undervejs. Undlad at låse dem, hvis man er langt fra civilisationen.

Recovery-grej:

- ⤴ Mindst 1 stor sneskovl i hver bil. 2 er rigtig godt at have.
- ⤴ Handsker til at bære under gravning. Man kan købe forede og vandtætte handsker i skibsprovanteringer, som forsyner fiskere. Kan næsten ikke undværes.
- ⤴ Har bilerne spil, er det fint. Det er altid godt at have en strop eller to med. Og så de sædvanlige sjækler.
- ⤴ En hydraulisk donkraft fylder mindre end en Hi-lift Jack. Om man vælger det ene eller det andet, er en smagssag. På et glat underlag kan det dog være en fordel at vælge førstnævnte. Så svæver bilen ikke for meget. Husk at medbringe en plade til at lægge under.

Kommunikation:

- ⤴ Kører man flere biler sammen (kan anbefales!), er radiokommunikation mellem bilerne en nødvendighed. Vigtigst af alt giver det mulighed for at advare hinanden om farer: Elg og rensdyr eller gående på vejen. Store vandpytter, isede vejkryds, sneforhold eller andre farlige vejforhold. Helt uvurderligt.
- ⤴ På den positive side kan man aftale frokoster og melde stop for at fotografere eller andet.
- ⤴ Man kan ikke forlade sig på, at der er mobiltelefondekning overalt i det høje nord. Det går ganske godt, men ind imellem er der store huller i netdækningen.
- ⤴ Moderne smartphones virker ikke særlig godt, når de bliver meget kolde. De taber hurtigt

kraften, og det er ikke muligt at bruge touch-skærmen med vanter på.

- ⤴ Opladning af kold telefon i kold bil er næsten umuligt. Med lidt held kommer der helt op til 35 % strøm på, og så dør den i samme øjeblik, den tændes. Det er skidt i lejr, med mindre man kan lade op inden for i varme. Bedst fungerer det at lade op i bilen under kørsel, efter den er varmet op til stuetemperatur.

GPS og almindelige kort:

- ⤴ En GPS i hver bil er naturligvis uundværlig. Husk at opdatere kort inden turen.
- ⤴ Nogle vil mene, at et gammeldags kort (en kortbog) er helt ude i skoven (*sic!*), altså en anakronisme. Ikke desto mindre kan det give et fantastisk overblik til rutevalg undervejs. Kan anbefales.
- ⤴ Tag en notatblok med – samt blyanter til at skrive med. Kuglepenne kan ikke skrive, når de er frosne. Blyanten virker altid.

Tæpper:

- ⤴ Specifikt for Land Rover Defender, hvis kabine ikke er kendt for at være tæt... : Husk tæpper til at holde træk ude.
- ⤴ Tæpper er gode om aftenen ved bålet eller i en nødsituation.

Førstehjælpkasse i bilen:

- ⤴ Tag en solid førstehjælpkasse med. Men - som det gælder for værktøj til bilen - der er ingen grund til at medbringe noget, som du ikke ved, hvad du skal stille op med.

Bagage i bilen:

- ⤴ Poser, som er for store til det, de skal holde på, er et hit. Soveposer kan fint pakkes i industrivasketøjsposer. Poserne forbliver bløde i kulden, og soveposen kan dampe af/tørre igennem stoffet.
- ⤴ En TNF/SIGMA duffelbag bliver i kulden meget stiv og lidt besværlig at arbejde med. Ellers OK.
- ⤴ Med handsker på er det en pest at skulle pakke noget ned i en pose, der under normale omstændigheder er liiige tilpas. Med store vanter på og halvkolde fingre bliver den BARE for lille. Derfor: Pak i rummelige poser.
- ⤴ Man skal ikke være bange for at lægge bagagen ud på sneen. Efter et par dage på tur er bagagen lige så kold som sneen, og kommer der sne på posen/tasken, er det nemt at børste af. Til den formål er det skønt at have en snebørste til netop det. Så får man ikke sne på vanterne. Billigste snebørste er en grov opvaskebørste.
- ⤴ Det er på vinterture som på sommerture. Pak, så de ting, man skal bruge i løbet af dagen, er let tilgængelige.
- ⤴ Faste etagelag i bagagerummet er nødvendige. Dette for at få nem adgang til det, som er nødvendigt. Organisér bagagerummet.

4. UDSTYR:

Lys:

Der er mange mørke timer nord for polarcirklen om vinteren. Derfor... :

- ⤴ Petromax/Coleman tryklamper virker godt, giver meget lys på pladsen/i teltet og dertil lidt varme. Det er vigtigt, at man kender sin lampe og kan tænde den ”med bind for øjnene”.
- ⤴ Lad den gasdrevne lygte blive hjemme. Gas bliver flydende i svær kulde, og så virker lampen ikke.
- ⤴ Alle deltagere bør medbringe pandelampe.

Brændere og gryder:

- ⤴ En Trangia med multifuel-brænder til den lille madlavning og vandkogning, hvis der ikke er bål.
- ⤴ En Kelly Kettle er næsten uundværlig. Gerne den store model. Er man flere end 4 mand på turen, er det godt at have to med. Vandforbruget er meget større, end man regner med.
- ⤴ Gas er ikke god i kulde.
- ⤴ Benzin kan altid bruges.
- ⤴ Lugtfri petroleum/lampeolie er IKKE GOD, da den krystalliserer i temperaturer under frysepunktet. Lad den blive hjemme!
- ⤴ Fyringspetroleum (*fritidsparafin* i Norge) er GOD. Den krystalliserer ikke.
- ⤴ Til grupper op til 6 mand godt med en stor bålgrøde, en stor Dutch Oven er perfekt.
- ⤴ En Jetboil er fin til opvarmning af vand til en kop varm saft eller te. Til den er det fint med de mindre gasdåser 100/250 gr., som efter nattekulden kan lunes i kabinen, når der er kommet gang i bilen.

Køkkengrej:

- ⤴ Almindeligt lejr køkkengrej er nyttigt, som til sommertur.

Hygiejne og opvask:

- ⤴ Vask altid op, inden man går til køjs. Opvasken er meget mere kedelig, hvis den får lov at trække i kulden over natten.
- ⤴ I felten kan det være svært at få vasket hænder efter en spadetur. En håndvask i sneen og derefter håndsprit kan tage det værste. Tænk altid på gruppehygiejnen.
- ⤴ Trænger man til at blive vasket, er det bedst at gøre det, inden man lægger sig til at sove. Over natten gendanner huden det meste af det beskyttende lag hudfedt, som er godt at have i koldt vejr. Vasker man sig om morgenen, er huden på ansigt og hænder mere udsat for udtørring, og sprækkede fingre eller læber er ikke noget, man sætter pris på. Kan man finde en ikke bundfrossen hudcreme eller læbepomade i bilen, kan man med fordel smøre sig med den.
- ⤴ Brug kun vandfri hudcreme og læbepomade, gerne med solbeskyttelse.

Økse, sav m.m.:

- ⤴ En økse kan ikke undværes, en sav er mindre væsentlig. Supplér med en god lejr dolk.
- ⤴ Mukkert og svære stålpløkker til opsætning af telt. Pløkkerne sætter sig sikkert godt fast og skal nok bankes fri. Alu-pløkker går ikke nemt i frossen jord.

Termoflasker

- ⤴ Gerne termoflasker á 1 liter pr. mand. Husk at varme vand om aftenen (!), så man har flydende vand om morgenen...
- ⤴ Luk ikke låget på en tom termokande helt, når kanden er tom. Den kan sætte sig over natten og være svær at få løsnet.

- ⤴ Vand kan være svært at holde flydende, især efter et par dage undervejs. Da er bagkassen i en Defender ved at være gennemkold... I nødens stund kan man smelte sne, hvis man kan finde den rene vare, og det smager godt. Er dunken med 10 liter vand bundfrossen, må man vente med at tømme den, til man eventuelt går i hytte.

Fotogrej:

- ⤴ Tager man et iskoldt kamera ind i varmen, kan man risikere kondensdannelse inde i huset og optikken. Forsøg at gøre det varsomt.
- ⤴ Tag rigeligt med batterier med. Hold evt. dagens ekstrabatteri i en lomme under det isolerende tøj. Så holder det længere, når det bliver taget i brug.
- ⤴ Hvis man ikke regner med at gå i hytte og lade batterier op dér, er det godt med en 12v/220v inverter i bilen. Så kan man lade op under kørslen.
- ⤴ En kold fotografi mister fokus. Vær ordentligt klædt på til vejret.
- ⤴ Kameraet kan blive vældig koldt at holde på. Find hjemmefra tyndere handsker, som man kan håndtere kameraet med. Test det hjemme inden turen! Uden på de tynde handsker kan man så forstærke med tykkere luffer eller handsker. Er det meget koldt, er luffer det bedste. I dem kan man bedre bevæge de gennemkolde fingre eller blot lukke hånden. En knyttet hånd afgiver mindre varme end spredte fingre.
- ⤴ Husk stativ og trådudløser til optagelser med lang lukkertid.
- ⤴ Sne bliver nemt gråt eller blåt på billederne, hvis man ikke slår automatikken fra og lader optagelserne være blænde- eller tidsstyret. Sæt kelvintallet højt, f.eks. 7400. Så bliver sneen mere hvid.

Tagtelt:

- ⤴ Alle stikspænder i plast bliver smadder rigide at arbejde med i koldt vejr. Armé-spænder ville være bedre.
- ⤴ Man får meget kolde fingre, når tagteltet skal pakkes sammen i 27° kulde! Så det skal gøres i en ruf. Husk at beholde vanterne på så længe som muligt og tag dem kun af, hvis det virkelig driller (stikspænderne....)
- ⤴ OBS: Tøm tagteltet for alt unødigt efter endt overnatning. Lad ikke dine soveposer eller andet ligge i tagteltet. For det første kan soveposen ikke komme af med den kondens, der er dannet og frosset omkring åbningen i løbet af natten, og for det andet er der et sikkerhedsmæssigt aspekt i det. Kører man galt og bilen vælter, kan man ikke bare få fat i soveposen. Dette kan være kritisk, når man færdes i stærk kulde. Man skal altid kunne holde sig varm, og en eventuel tilskadekommen skal kunne pakkes ind.

Telt:

- ⤴ Det kan være godt at tage telte, med pladser til alle deltagere, med. Dette for en sikkerheds skyld - i fald det værste sker, og flere tagtelte ikke er tilgængelige.
- ⤴ Det er bestemt ikke det samme at stille telt op på sne som på bar mark. Frossen jord gør det heller ikke lettere. Teltene skal være beregnet til vinterfjeld og kunne klare hårdt vejr. Massive jernpløkker (f.eks. sømpløkker) og en mukkert skal man have med. Det er en god idé at prøve opstille teltet op hjemme før turen. Meget gerne med store luffer på. Så er man bare lidt forberedt. Det duer ganske enkelt ikke at stå der i ekstreme forhold, under pres, og skulle sætte den livsvigtige beskyttelse for vejr og vind op uden at have en vis erfaring med det.
- ⤴ Når teltet er oppe, er det godt at sende en mand ind og lade de andre blive ude. ”Indemanden” rigger teltet til med de nødvendigheder, som dem ude (”udemanden”) sender ind. Når alt er klart, kan udemanden så krybe i læ.

5. OVERNATNING I TELT/TAGTELT UNDER KOLDE FORHOLD:

Soveposer:

- ⤴ Om man vælger dun eller fiber, er en smagssag, måske også ud fra pengepungen. Hvis økonomien ikke er til den helt dyre sovepose, bruges flere soveposer. Inderst måske en dunpose, som mellemlag en fibersovepose og yderst en billig XL pose, f.eks. Outwell Sovepose Contour Lux XL til under 500,-. Der er endvidere den fordel ved dette set-up, at kondensen dannes i og på den yderste sovepose, så de poser, der skal holde dig varm, forbliver tørre.
- ⤴ Et godt alternativ til en yderpose er den gamle NATO sovepose, M/98. Det skal være den, som er tolags! Den er rigeligt stor og har en lynlås på oversiden, ikke i siden. Det gør den meget lettere at krybe ned i.
- ⤴ Temperaturen på en tur nordover kan svinge meget, alt mellem lette frostgrader og -35° . Derfor er det praktisk at benytte mindst to soveposer. Så kan man "mande op og ned". Nogle vælger at bruge tre soveposer. Det kan man godt, men det er værd at huske, at det bliver bøvlet at skulle stikke ned i tre poser hele tiden. Med blot to er det MEGET lettere.
- ⤴ En fiberpose yderst er bedst i forhold til frossen kondens, som primært lægger sig på yderstoffet – på oversiden ved åbningen og ned over brystkassen. En dunpose er lidt mere sårbar, hvis posen bliver våd. Dun, der klumper, isolerer ikke særlig godt.
- ⤴ Som nævnt ovenfor er det væsentligt, at den yderste sovepose er rigeligt stor. Er den for trang, klemmer den inderste pose. Det går ud over pladsen og ikke mindst isoleringsevnen.
- ⤴ På undersiden af alle teltduge dannes der kondens, som bliver til rimfrost i løbet af natten. Det er ikke et problem, hvis man blot får soveposerne hevet ud af teltet og rystet. Rimfrosten drysser ganske enkelt af, så længe yderstoffet er koldt. Hvis tagteltet holdes koldt, under frysepunktet, er rim ikke et problem. Drysser det ned, kan det nemt børstes ud af teltet. Tag en blød børste med til det. Kommer der undervejs meget rim i teltet, kan man tømme teltet for ALT, så børste ned og "skovle driverne ud".
- ⤴ Når lejlighed er til at komme i hytte undervejs, er det godt at få soveposerne indenfor og tørre igennem.
- ⤴ Lad bivuakovertrækket blive derhjemme.
- ⤴ Når du er i bil, så pak dine soveposer i en stor vasketøjspose sammen med det tøj, du skal sove i. Fordelen er, at du sidst på dagen ikke udpakker en komprimeret sovepose, der først skal ekspandere. Dertil sparer du en masse tid og besvær, da du ikke skal bakse med små soveposeetui'er. I koldt vejr virker de altid for små. Som en ekstra bonus kan dine soveposer "ånde" og tørre i den store pose.
- ⤴ Hav en stofpose med de ting, du skal bruge ved sengetid: Lette uldsokker, dunsokker, lygte, toiletpapir, evt. tisedunk, tøj til at sove i, ørepropper, sovehue osv. Posen kan lægges i den store vasketøjspose sammen med soveposerne.
- ⤴ En kold fodende i soveposen kan varmes op med en kemisk håndvarmer (engangs). Læg den ned i soveposen 10 minutter inden puttetid. Så er det lettere at holde fødderne varme.

Nattøj:

- ⤴ Skift *alt* tøjet, inden du kryber i posen - og hav et sæt med, du *kun* sover i. Selvom det tøj, du har på i løbet af dagen, ikke føles vådt, er der en del kondens i det, og det vil gøre dig kold, når du ligger i posen.
- ⤴ Fødderne kan nemt blive kolde. Brug en let uldsok med en (**stor** luksus!) dunsok udover, i soveposen. Norling Bo forhandler dem (2016) - "Lækre dunsokker fra Ringsted Dun " til under 300,- super fede! Et par tykke nat-uldsokker er også et godt alternativ.
- ⤴ En af grundene til, at man kan fryse om fødderne, er, at hovedet ikke har det varmt nok. Det er en lang historie, men sådan er det. Derfor er det nødvendigt med en nathue ;-). Ikke sexet, men det virker. En fleecehue er super til det. Morgenhår er *garanteret*... !
- ⤴ Sov eventuelt med en Buff over hovedet. Den beskytter næse, kinder og ører mod kulden,

når du sover med hovedet delvist ude af soveposen. Det er nemt at regulere i løbet af natten. Tag huen af, hvis du får det for varmt.

- ⤴ Nogle vælger at sove i langt undertøj i stedet for en lagenpose, alt efter udetemperaturen i uld eller svedtransporterende materiale. Fordelen er, at man har et lag tøj på, når man skal ud af posen.
- ⤴ Læg dit "dagtøj" i en pose over natten. Så er der styr på det, og det er nemt at finde næste morgen.
- ⤴ Er det meget koldt om morgenen, kan det være rart at klæde sin overkrop på først, mens benene stadig er i posen. Før man går i posen, pakkes "dagtøjet" ned, så trøjerne kommer ud først næste morgen og bukser/sokker til sidst.

Underlag:

- ⤴ Brug mindst to underlag. Det ene må gerne være et skumunderlag, som kan tjene som beskyttelse, hvis man skal reparere bil. Underlagene må gerne være 60-63 cm brede.
- ⤴ Supplér evt. med et CF/militært uldtæppe. Der kommer rigtig meget kulde nedefra, og det undervurderer folk ofte.
- ⤴ Har man en *lavvu*/teepee med, er en feltseng en dejlig luksus. Her er det især vigtigt at have to underlag.
- ⤴ Det bedste underlag under iskolde forhold er dog et rensdyrskind. Det er **DEJLIG** varmt, ultimativ luksus... Der kommer desværre rensdyrhår i alt, men det lærer man at leve med.

6. OMSORG:

- ⤴ I lejr, aftal ét og *kun* ét sted at tisse. Gul sne forstyrrer en ellers god udsigt og gør sig ikke godt på et foto – hvortil kommer det rent praktiske med brug af sne til vandsmeltning...
- ⤴ Hold øje med hinanden i kulden. Er man blevet rigtig kold, tænker man ikke klart.
- ⤴ Hjælp hinanden. Alle fungerer forskelligt i stærk kulde, og du kan få brug for hjælp til selv den mindste ting.

7. SIKKERHED:

Nødkuvert:

I hver bil bør der ligge en kuvert med data på alle turdeltagere. Kuverten kan åbnes i tilfælde af, at en af deltagerne kommer til skade og ikke selv kan oplyse væsentlige data. Hvad kan der være behov for at vide?

- ⤴ Navn.
- ⤴ Cpr. nummer.
- ⤴ Nærmeste pårørende i turperioden.
- ⤴ Allergier.
- ⤴ Kroniske sygdomme.
- ⤴ Evt. fast medicin.

Fortrolighed vedr. personlige oplysninger:

- ⤴ Der kan være meget personlige ting, man bliver nødt til at anføre, og diskretion er en æressag. Gruppen kan vælge en enkelt tillidsperson, som håndterer alles informationer. Således sikrer man, at alle væsentlige informationer kommer med, og at privatsfæren beskyttes.
- ⤴ Vel hjemme igen sørger tillidspersonen for, at alle kuverter samles ind og destrueres – eller leveres tilbage til ejeren.

Bilrelateret:

- ⤴ Husk det røde forsikringsbevis.
- ⤴ Alle biler i kolonnen bør have relevante informationer/kontaktdata på de forskellige forsikringsselskaber, som deltagerne benytter til deres bil. Det er ikke sikkert, at man kan komme til informationen i en bil, som er blevet skadet.
- ⤴ Er ulykken sket, og en bil eventuelt ligger i grøften, skal de andre biler naturligvis markere med katastrofeblinkene.
- ⤴ OBS ved nattetid: Katastrofeblink ses tydeligst i mørket, hvis man KUN har positionslyset på bilen tændt!
- ⤴ Pak så let i alle bilerne, at det er muligt at ompakke en bil i de andre. Dette i fald en bil bryder helt ned.

I fjeldvandrerkræde har man i mange år lænet sig op ad af ”De 9 fjeldregler”, som er udfærdiget af Den Norske Turistforening. De er egentligt kun tiltænkt fjeldture til fods eller på ski, men overordnet kan de sagtens overføres til bilture om vinteren højt mod nord. De følger her:

- ⤴ Planlæg turen og fortæl, hvor du går.
- ⤴ Tilpas turen efter evne og forhold.
- ⤴ Tag hensyn til vejr (og lavinevarsel).
- ⤴ Vær forberedt på uvejr og kulde, selv på korte ture.
- ⤴ Tag det nødvendige udstyr med for at hjælpe dig selv og andre.
- ⤴ Vælg et trygt vejvalg
- ⤴ Brug kort og kompas. Vid altid, hvor du er.
- ⤴ Vend om i tide. Det er ikke en skam at køre tilbage.
- ⤴ Spar på kræfterne og søg ly i tide.

God tur!