

## **ISIKLIK VARUSTUS: .....**

**Päästevest** - see on väidetavalt kõige olulisem komponent veematkaja varustuses. Ostmisel jälgida, et oleks taskuid kuhu panna vajaminevat kola, et kannaks nii palju kilosid kui kaalud ja et laseks liigutada inimesel end normaalselt. Sellega on nii, et tasuks pidevalt hoida vesti seljas kui peaks juhtuma õnnetus siis seda tavaliselt ei oska ette oodata ning võib olla hilja hakata otsima vesti;

**Kiiver** – kiivriga on nii, et oleks hea kui see oleks kuna kukkudes vette võid lüüa pea ära või vastu vee kohal asuvat oksa või siis midagi taolist. Ise eelistan paksu villast mütsi kuna vesi enam nii kiire ei ole sel ajal;

**Müts** – kas siis nokamüts mis kaitseks päikese eest, villane suusamüts kui on tunda et külmaks läheb või siis kaabu mis kaitseks nii päikese kui ka vihma eest mugavasti. Hea oleks kui müts suudaks siiski kuivada järgmiseks päevaks vähemasti ära kuna muidu halb edasi kasutada. Kui väga tahta saab asja ära ajada ka pearätikuga;

**Vihmakeep** – kui sul ei ole jope või tagi või vms vihmakindel siis tasuks kaasa võtta kokkupakitud vihmakeep;

**Jope ja püksid** - soovitav on kasutada nailon või Goretex jopet, millel on tihedalt suletavad käiseavad ja kaelus, et hoid eemal veepritsmeid ja külma tuult. Eriti soovitatav selline anorak-tüüpi. Parema varustuse korral on võimalik ka ümber minnes poolkuivaks jääda. Sama kehtib ka pükste kohta. Need usa asjad Tallinn-Väikse sekondhändist on lahedad ja vahest ka head aga tihti need kaitsvad kihid juba pealt kadunud ja veekindlust enam väga ei ole. Toonide valikul mõelda kas tahad ikka jääda üldse nähtamatuks või sooviksid pigem et kõik sind leiaksid vajaduse korral. Kindlasti võta kaasa ka paar varupükse. Ma olen vaadanud, et mingid dressikad on mugavad ja kiirestikuivad näiteks. Ka üks paar lühikesi pükse teeb head kui tahad päikest võtta;

**Kindad** – Neid võiks olla isegi kaks paari – ühed aerutamiskindad sõrmedeta ning ühed soojemad kindad tagavaraks. Aerutamiskindad ei pea siis olema spetsiaalsed värgid vaid lihtsalt nahast kindad mis hoiaksid ära rakkude-villide tekkimise;

**Saapad** – Hea oleks saabastel võimalikult suur veepidavus. Kuna siiski paadi põhjas on tihti vett siis lähevad ka päris head saapad tihti märjaks. Näiteks vanad rootsi armee saapad kannatavad vett superhästi. Kindlasti peaks olema kaasas ka tagavarajalanõud. Vähegi pikemale kõndimisele sobivad sissekantud mugavad ja tugevad jalanõud. Uute nahkjalsite jalale sobitamiseks on otstarbekas nende pealsed sooja veega läbi leotada ja jalas (soovitav kõndides) ära kuivatada. Kui jalanõud pole piisavalt avarad, tuleb seejuures panna jalga lisapaar villaseid sokke. Pärast kuivamist vajavad jalatsid korralikku määrimist;

**Sandaalid** – Suurepäraseid tagavarajalanõud või siis tossud. Hetkedeks mil lased jalgadel puhata ja hingata või kuivatad saapaid;

**Sokid** – Kuna sokid ei võta eriti ruumi siis tasuks võtta kohe kaasa 5 paari sokke. Nendest vähemasti üks paar oleks villased sokid;. Kui on ilusam ilm siis sokke on kerge pesta ning kuivatada;

**Fliis** – Ehk siis mingi keemiline kampsun. Tasub riietuda kihiliselt ja alati kui on tunda, et hakkab palav siis juba oleks üks kiht seljast võetud. Üritada olla nii, et ei hakkaks higistama aga ei oleks ka külm. Fliisiga koos on mõnus kasutada ka vesti. Aga sul on juba ju päästevest;

**Rätik** – Mitte eriti suur, pigem selline käterätik. Või kui ruumi ja tahtmist on siis ka korralik saunakas;

**Trussikud ja teesärk** - Sünteetiline pesu vastu ihu - imavad niiskuse nahalt endasse, samas kuivavad kiiresti ja aitavad keha soojas hoida. Puuvilla tuleks üldiselt vältida kuna see materjal juhib märjana päris hästi soojust ja isegi suvel võivad külm vesi, tuul ning märg puuvill moodustada väga ebameeldiva koosluse. Ka jalad peaks katma sünteetiliste pükste või näiteks Lycra "\\liibukatega\\". Arvuga ei saa mina aidata. Kindlasti ka lisaks tavaline t-särk või paar ja ka pikkade varukatega pluus. Pikad aluspüksid;

**Hügieenitarbed** – Kõigil siis vastavalt isiklikele hügieeninõudmistele. Kindlasti wc-paber tasub hoida märgumise eest. Hambahari ja – pasta. Seep ja shampooon loodussõbralik mida on võimalik ka jökke uhtuda ilma ökokatastroofi korraldamata. Kindlasti tasub ka kaasas kanda vähemasti ühte kondoomi. Peale üldise esmaabipaki võtta kaasa oma enamasti vajaminevaid ravimeid. Hügieeniline huulepulk päikse ja tuulte käes kuivavatele huultele. Niisutatud salvrätikud või siis see aine millega saaks käsi jms puhastada. Säaskede ja muude putukate tõrje ained (mida vist pole vaja kuna nii varakult neid veel palju ei liigu). Nuuskamiseks salvrätikud;

**Päikesekreem** – peale taevast päikesekiirte pritsib seda ka veest. Iga tund oled kolm korda rohkema päikese käes kui muidu, põlemisoht on suur ning tasuks vältida. Soovitav osta see pulk, mida aeg-ajalt ninale ja näkku määrada;

**Veepudel** - janu ja dehüdreerumine vähendavad energiat, kõrgendavad pulssi ja tekitavad muid ebameeldivusi. Enamus veest üritame leida kohapealt. Ehk siis kes ei julge jõevett juua siis hommikuti soovitatav keeta omale kogu päeva vesi valmis. Päevas tarbib inimene vähemasti 3 liitrit vett. Eks sõidame läbi ka mõnest külast, kus saab poest õllevarudega osa veepuudust siis katta. Veepudeli suurus oleks tore kui oleks vähemasti liiter;

**Sööginõud** – tass (ehk kausi kaas?), kauss (termosefektiga), lusikas, (kahvel pole oluline aga võib ka). Kindlasti peaksid need olema nõ purunemiskindlad ehk siis metallist (raskemad aga saab ka kuumuda) või plastikust;

**Nuga** – mitte väga suur vaid just selline millega mugav oleks süüa teha – lõigata kala ja sibulat ja nii. Kõige mõnusam on vahel kasutada seda multitool-i ehk nagu Leathermani või taolist;

**Magamisalus** – lebo valimisel otusta kui kerge, kas on isetäituv jne. Soovitatav oleks ühest küljest siiski hõbedane ehk soojust peegeldav. Mitte mingil juhul võtta suvilast leitud kummimadratsit mis oleks raske ebausaldusväärne ja külm. On ka olemas matkavoodeid mida ma pole proovinud ja saaks teoreetiliselt kuskil ka rippvoodis magada;

**Magamiskott** – Keskmine temperatuur nii pluss kümne ja pluss viie vahel ma arvan ajab asja ära. Ja eelmine oli täiesti suvaline pakkumine siis. Magamiskott tuleb valida sõltuvalt matkadel võimalikust välistemperatuurist. Täiendavat sisekotiks ömmeldud lina saab magamisel kasutada sooja ilma puhul ka ilma kotita. Tasub igaks juhuks omale hankida ka nõ „survival blanket“-i mis on odav, kerge, vähe ruumi vajav – selline nagu fooliumleht;

**Pealamp** – Pealamp kindlasti led-süsteemiga. Ebamugavam on lihtsalt taskulamp. Kontrolli patareisid enne väljumist ning ka enne ostmist kas on lihtne saada uusi patareisid, neid vahetada või täita vms;

**Kompass** – soovitatavalt siiski plastikust mitte metallist nagu usa militaarvärgid on. See saaks olla jälle üks vidin mida kaelas kanda. Tegelt kui ei ole just kaardimees siis võid kaasa võtmata jätta või hoida omal kotis kui igaks juhuks kaasa võtad;

**Seljakott** – Või siis hoopis veekindel kott, mis oleks mugavam. Nendest juttu olnud ja tasub hankida, arvestada sellega, et paar kilomeetrit oleks võimalik ka seda tassida. Samuti siis võib ka oma olemasoleva seljakoti seest mõnede kilekottidega jaotada sektoriteks ja pakkida asjad niimoodi veekindlalt;

**Kilekotid** – 4-5 tk. neid ei tea kunagi millal võiks vaja minna – prahi jaoks, tassid vett jõest, topid oma mustad trussikud teistest riietest eraldi, hoiad vastpüütud kala, topid jalgade otsa kui on paadi põhjas juba 5 senti vett või käid jõeäärses poes õlle järgi;

**Väike shokolaadivaru** – Alati tasub omada väikest „salaproviantide“ varu mida siis nendel kõige raskematel hetkedel rõõmsalt teistega jagada. Tihti teeb tahvel shokolaadi tuju paremaks kui tund aega

puhkust. Kuna soojemate ilmadega on halb seda sulavat maiust kaasas kanda siis tavaliselt on meeldivam võtta kaasa kuivatatud puuvilju;

**Õmblustabed** – Niit ja nõel;

**Nöör** – Kui näiteks saapapaelad lähevad katki või soovid kedagi kinni siduda vms. Peale väikese paarimeetrise nöörijupi tasub vahest võtta kaasa ka meeter traati. Ise eelistan kaasas kanda kaablite kinnitamiseks mõeldud plastikkinniteid (need nagu ühekordsed käerauad asjad) või/ja veekindel teip (see usateip hõbedane näiteks);

**Vile** – kuna alati ei tööta telefonid ja ei saa karjuda piisavalt kõvasti ohuolukorras siis vile kostab kõikjale. Hoiavilet nõõriga pidevalt kaelas või siis päästevesti küljes või mujal käeulatuses;

**Tikud** – Või siis ka see kraapimispulk sädeme tekitamiseks. Tikud siis hoiavile mingis veekindlas asjas nagu narkokilekotis või näiteks üllatusmuna mänguasjakarbis vms. Eriti hea on selline kui on juba noa küljes sul see pulk sädeme saamiseks. Siis tasuks kaasas kanda natukene veekindlas topsis vatti või midagi millega lõket alustada. Kui minna suure kambaga ja ei ole just suitsetaja siis tuld väga ei ole kaasas vaja võtta kõigil;

**Istumisalus** – Kas siis saunas kasutatav alus või midagi mis oleks igatahes pehmem ning ideaalis ka ei imaks vett sisse eriti. Saab ka muidugi panna lebo kilekotti ja siis istumise alla;

**Päikseprillid** – veest peegeldub väga palju valgust ning see väsitab silmi hullult. Hea oleks sellise pensionäride nõõriga, et saad ka kaelas kanda ning ei kuku vette kummardudes. Ideaalsed on polariseeritud klaasiga prillid, mis aitavad vähendada peegeldusi vees. Kindlasti peavad prillid olema 100% UV kaitsega ja soovitatavalt kuni 3 kategooria tumedusastmega;

**Pass**- Jõuame teise riigi territooriumile ning võib tekkida vajadus oma isiku tõestamiseks;

**Raha** – Raha tuleks kaasas võtta kroonides ja lattides, suuruse arvestab igaüks ise või siis arutame siin pleenumis;

**Fotokas** – Seda ei tasu siis muidugi kõigil võtta. Kui ei ole veekindel siis tuleb soetada sellele veekindel kott. Võib-olla on pikksilmast või binoklist rohkemgi kasu;

**Kalastusvarustus** – Seda siis teab igaüks ise. Kalastuslitsents kui on vaja;

**Maitseained** – Suhkur, sool, pipar, tshillipipar, koorepulber jne. Kui on millegi isu mida toidus tahaks tunda mida seal juba ei oleks;

**Küünal** – Võib vaja minna kui elektroonika hakkab alt vedama. Hea ka lõkke süütamiseks.

**ÜLDVARUSTUS:**

Pott, telgid, apteek, kirves, saag, üldtoidutegemisvahendid (kulp jne), priimus, köis, paadid ja – parandusvarustus, aerud-pumbad, kaardid, kompassid-gps-id, pajatõstmiskinnas, pesuvahend, lapp jms.

Head reisi ootust!

**Koostas :**

Mihkel Urmet

[www.tempt.ee](http://www.tempt.ee)