



EXPEDITIONSRAPPORT KANADAFÄRDEN 2010

Kanadafärden

135 mil med träkanot i fri natur



Alma Bågefalk, David Engström,
Maria Ferm, Tomas Johansson, Josef Kjellqvist,
Tobias Lundgren, Frida Söderlind



EXPEDITIONSRAPPORT KANADAFÄRDEN 2010

Kanadafärden

135 mil med träkanot i fri natur

Text: Alma Bågefalk, David Engström, Maria Ferm, Tomas Johansson, Josef Kjellqvist, Tobias Lundgren, Frida Söderlind

Redaktör: Josef Kjellqvist

Foto: Alma Bågefalk: 19, 38, 41, 51, 53; Josef Kjellqvist: omslagsbild, 3, 12, 13, 17, 19, 20, 22, 23, 25, 27, 40, 42, 47, 48, 50.

Expeditionskurshandledare: Bo Weslien



”I Kanada finns stora områden av orörd mark. Mark som ännu inte sett bilar och fabriker, mark där naturen har sin gång. Mark där vildrenen får beta och vargen jaga, mark där is får smälta och forsar brusa. Mark där vinden får blåsa över öppet land och genom trädkronor, mark där fisken får leka och fåglarna häcka. Mark som människan varit i hundratals år men som människan låtit vara vild, därför att den är just det – Vildmark.

I dessa marker ska vi färdas. Med hjälp av det redskap som människan alltid färdats i här – i kanoter. Allt vi behöver bär vi med oss, vårt hem, vår mat, vår säng och vårt kök. Allt vad som krävs för att leva ett enkelt liv i fri natur.

Färden ska vara i 10 veckor och tar sig rum i nordvästra Kanada med sin början i indianbyn Black Lake. Därifrån går färden norrut längs en gammal indiansk paddelväg upp genom skogen för att sedan nå tundran.

Vi är en grupp på åtta personer med en färd som mål. En färd som kommer vara en upplevelse på många sätt. För en själv, för varandra, för gruppen och för de där hemma, alla de som kommer dela den på olika sätt. Att vara ute i 10 veckor helt isolerade från den civiliserade världen kommer att bli en ny erfarenhet för oss alla. Att färdas under dessa 10 veckor och ha naturen som vårt hem, vår tavla och vår vän som hela tiden skiftar karaktär, kommer även få oss att skifta karaktär. När vi ger oss av i början på juni kommer naturen stå i blom och nytt liv kommer sprudla i den och i oss, tillsammans med en nyfikenhet och förväntan. När vi avslutar vår färd i mitten på augusti kommer vår vän naturen börja gå mot höst och vi lämna den med nya erfarenheter och historier att dela med varandra och andra. Vår färd kommer inte handla om att besegra naturen eller att bevisa för någon att vi kan vara isolerade från omvärlden en sommar. Vår färd kommer handla om att känna vattnet mot handen när man för paddeln genom vatten som forsar, som böljar sig fram och vatten som ligger som en spegel. Vår färd kommer att handla om att se, höra, lukta och känna elden som omfamnar grytan vi kokar vår mat i, och vår färd kommer att handla om vänskap till varandra och till naturen. Vår färd kommer att handla om att leva ett liv – om att leva friluftsliv.”

Brödtext ur projektplanen för färden.

Innehållsförteckning

1 Inledning	11
1.1 Bakgrund	11
1.2 Syfte.....	11
1.3 Disposition.....	11
2 Gruppen	12
FÄRDBERÄTTELSEDELEN	13
3 Färdberättelse.....	15
3.1 Karta över färdvägen	15
13 – 22 juni.....	16
23 juni – 2 juli.....	18
3 juli – 12 juli.....	18
13 – 21 juli.....	20
22 juli – 2 augusti	22
3 – 12 augusti.....	24
13 – 22 augusti.....	25
DEN PRAKTISKA DELEN	27
4 Planering	29
4.1 Möten och kontakt	29
4.2 Ekonomi.....	29
4.2.1 Budget	30
4.3 Vägval.....	31
4.4 Inspiration och information	31
4.4.1 Böcker	31
4.4.2 Personer vi pratade med.....	32
4.5 Logistik.....	33
5 Utrustning	34
5.1 Personlig utrustning.....	34
5.1.1 Packlista	34
5.1.2 Packsäckar och väskor	35
5.1.3 Kläder.....	35
5.1.4 Skodon	36
5.1.5 Sovutrustning	37

5.1.6 Paddlingsutrustning.....	37
5.1.7 Skydd mot mygg och knott	38
5.1.8 Laga, vårda, tillverka, tvätta och torka.....	38
5.2 Köksutrustning.....	39
5.2.1 Första perioden.....	39
5.2.2 Andra perioden.....	40
5.2.3 Tredje perioden	41
5.3 Boende	41
5.3.1 Tunneltält och tältkåta.....	41
5.4 Kanoter	42
5.5 Kartor.....	42
5.6 Säkerhetsutrustning	42
5.6.1 Sjukvård	42
5.6.2 Reparationsutrustning	44
5.6.3 Satellittelefon	44
5.6.4 Kontaktlista	44
5.6.5 Försäkring	44
5.6.6 Björnsäkerhet	44
5.7 Borttappad utrustning	45
6. Organisation under färden	46
6.1 Ledarskap.....	46
6.2 Kanotpar	46
6.3 Ved-Mat-Vila.....	46
6.4 Möten och konfliktlösning.....	46
7. Mat.....	47
7.1 Matplanering, lösningar och reflektioner	47
7.2 Fiske.....	48
7.3 Jakt.....	49
8. Djur och flygfän.....	50
9. Avslutning	51
BILAGOR.....	53
Bilaga 1 – Kontaktuppgifter till gruppen.....	55
Bilaga 2 – Mötet 3 – 4 oktober	56

Bilaga 3 – Mötet 28 – 29 november	58
Bilaga 4 – Mötet 23 – 24 januari	61
Bilaga 5 – Mötet 13 – 14 februari.....	66
Bilaga 6 – Mötet 20 – 21 mars	68
Bilaga 7 – Mat till Kanadafärden	71
Frukost	71
Lunch	72
Middag	73
Efterrätter	74
Dryck.....	75
Fika	75
Kryddor	76
Övrigt	76
Bilaga 8 - Inköpslista mat	77
Bilaga 9 – Packlista Mat	79
Kryddpåsar (2 st).....	79
Jägarsnus (8 uppsättningar).....	79
Innehåll säck 1	80
Innehåll säck 2	80
Bilaga 10 – Maträttsinnehåll.....	81
Frukost	81
Lunch	81
Middag	81
Efterrätter	82

1 Inledning

1.1 Bakgrund

Den 14:e juni 2010 satte vi, en grupp på åtta personer, paddlarna i Waterfound-älvens vatten. Vi tog de första paddeltagen på vår nio och en halv veckor långa färd i den kanadensiska vildmarken. Färden började i Waterfound-älven i norra Saskatchewan och fortsatte vidare upp i Fond du Lac-älven. Efter sjön Black Lake gjorde vi det så kallade Chipman-lyftet mellan en rad sjöar för att ta oss förbi Chipman-älven uppströms. Därefter gick färden nedströms längs Dubawnt-älvens vatten i Nordvästterritoriet och Nunavut, och vidare in i Thelon-älven ner till inuitbyn Baker Lake vilket var färdens slutmål. Vi var ute i 66 dagar och lade ca 135 mil under våra kanoter. Vi började paddla en varm försommar i ett land fullt av skog, och under färdens gång fick vi se lövskogen avta och granarna stå allt glesare för att till slut helt upphöra och övergå i ett tundralandskap som böljade fram. Färden avslutades en kylig och blåsig höst, och då hade vi levt tätt inpå varandra och naturen i drygt två månader.

Färden började planeras på ett idéstadie under våren 2009 för att sedan, efter att gruppen slutligen sammansatts den sista augusti samma år, planeras på allvar under hösten 2009 och våren 2010. Vi har haft fem stycken helgträffar utspridda under perioden augusti 2009 till april 2010 och tiden mellan träffarna har vi haft kontakt via internet.

I april åkte två av oss över till Kanada för att förbereda turen praktiskt och under maj och i början av juni kom fler och fler i gruppen att ansluta sig till dessa förberedelser som skedde i den kanadensiska staden Winnipeg. Även då hade gruppen kontakt via internet.

I slutet av augusti, när genomförandet av färden var över, vidtog efterarbetet. Denna rapport är en del av detta arbete. Expeditionsrapporten *Kanadafärden – 135 mil med träkanot i fri natur* har författats av de sju gruppmedlemmar som genomförde Expeditionskursen, som ges av Sjöviks folkhögskola.

1.2 Syfte

I denna rapport kommer vi presentera vår färd i form av genomförande, planering och utvärdering. Syftet med rapporten är att, utifrån våra kunskaper och erfarenheter, informera och inspirera andra till att göra långfärder med enkla medel i fri natur.

1.3 Disposition

Expeditionsrapporten *Kanadafärden – 135 mil med träkanot i fri natur* består i huvudsak av två större delar, en färdberättelsedel och en praktisk del.

I den första delen, färdberättelsedelen, beskriver vi vår färd i berättande form. Vi har valt att lägga denna del först då vi tror att den praktiska delen blir mer givande om vi först givit en bild av hur vår färd var.

Den praktiska delen består av huvudområdena *Planering, Utrustning, Organisation under färden, Mat och Djur och flygfän*. Inom dessa områden beskriver vi vilka lösningar vi använt oss av utifrån ett planerande, genomförande och utvärderande perspektiv.

Rapporten avslutas med bilagor.

2 Gruppen

Alla som var med på färden har gått på Sjöviks folkhögskola, men inte alla samtidigt. Vi var mer eller mindre bekanta med varandra innan färden men under planeringen lärde vi känna varandra mer. Vi som gjorde färden var:

Alma Bågefalk: Bor numera i en husvagn på en liten bondgård i Västmanland. Har sina rötter i Småland. Gick Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap 2008 – 2010.

David Engström: Timmerman från Dalarna som älskar skidåkning och norska hytter. Har emigrerat till Stockholm där han har börjat massera folk. Den ende i gänget som inte har gått just linjen Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap på Sjöviks folkhögskola.

Maria Ferm: Kommer från Skaftö på västkusten. Älskar att segla och har en racercykel. Bor numera i Sorsele. Gick Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap 2008 – 2010.

Tomas Johansson: En västgöte och lång man som gillar att gå upp på berg. Bor kanske i en bil. Gick Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap delar av 2007, 2009 samt 2010.

Anders Karlsson: Initiativtagare till färden. Har bott en längre tid i Kanada, men bor nu i Sverige där han studerar dokumentärfilm. Gick Vägledarlinjen (Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap) 1984 – 1985 och 1990.

Josef Kjellkvist: En västgöte till. Studerar för att lära barn handskas med kniv och annat som träslöjdlärare håller på med. Tycker mycket om att fotografera människor och andra djur. Bor i Linköping med fästmö. Gick Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap 2007 – 2009.

Tobias Lundgren: Bor hemma hos mamma i Västerbotten. Tjänar sitt levebröd som testbilsförare. Gick Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap 2008 – 2010.

Frida Söderlind: Bor i en liten stuga med sambo och hund i Falun. Jobbar som lärarvikarie i träslöjd medan hon fundera vad hon skall utbilda sig i. Var ansvarig för mediciner och sådant under färden. Gick Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap 2007 – 2008.

Har ni frågor kring färden eller något annat är ni varmt välkomna att kontakta oss. Kontaktuppgifter finns i Bilaga 1.



Del I

FÄRDBERÄTTELSEDELEN



3 Färdberättelse

Då alla vi som är delaktiga i denna rapport och utgjort denna färd har olika upplevelser av färden har vi valt att dela upp färdberättelsen mellan oss. Detta för att alla skall kunna få sätta sin prägel på vår gemensamma berättelse. Färdberättelsen är därför uppdelad i tiodagarsperioder där var och en av oss är ansvarig för varsin period.

3.1 Karta över färdvägen



Färden sträckte sig från norra delen av provinsen Saskatchewan, genom den östligaste delen av Nordvästterritoriet och in i Nunavut. Älvarna vi paddlade, från början till slut, var:

Waterfound River – Fond du Lac River – Chipman River – Dubawnt River – Thelon River.

13 – 22 juni

Efter två års drömmande, ett år av planering och förberedelser och slutligen en tre dagar lång bilresa från Winnipeg i södra Manitoba till startpunkten för vår färd i norra Saskatchewan, var vi äntligen på plats! Sista milen, från Points North (som är en liten flygplats och utgångspunkt för olika gruvföretag och andra som vill flyga ut i vildmarken), klämde vi in en nionde person i vår fullproppade bil. När allt var ur- och avlastat, sa vi tack och hej, hörde bilen brumma tillbaka mot Points North för sommarförvaring och stod sedan lyckliga och förväntansfulla i ett kaos av Duluth-säckar, kanoter, paddlar och mängder av lös bråte och blickade ut mot Waterfound-älven. En respektabel skara flygfän surrade runt oss när vi satte vårt första läger och i skenet av vår första lägereld åt vi vår sista färdkost och kröp så småningom till säcks, fulla av förväntan!

Dagen därpå tillbringade vi förmiddagen med att organisera vår packning, tvätta rent kanoterna från allt damm de samlat på sig under de sista 45 milen grusväg, samt diskutera och bestämma paddelpar, matlag och rutiner. Efter lunch paddlade vi så ut på älven i våra fullastade farkoster. Alma och Tobias i den gröna kanoten, Maria och David i den röda, Josef och Frida i den indianmönstrade gula och Anders och Tomas i Anders sprillans nya vinröda. Vi var omgivna av en vidsträckt, lågväxt granskog, solen sken och vattnet var grunt och ljummet. Alltför snart var det dags att slå läger. Första trefoten byggdes, Josef spelade gitarr, Maria lagade grönsakssoppa och potatismos och Tobias och David invigde fiskenätet och kom tillbaka med vad som ironiskt nog skulle bli våra första och sista sikar. Vi åt och såg på solen som gick ner över den lilla tjärnen på andra sidan vår strand.

Så fortsatte färden nedför Waterfound. En och annan örn svävade fram över oss och mängder av små andfåglar flydde upp från sina kobbar där vi paddlade fram omgivna av åsar och sanddyner. På en liten sjö fick vi plötsligt syn på en annan kanot. Det var en far och son från Calgary, som var ute på en tvåveckorstur. De frågade oss var vi tänkt paddla och vi svarade Baker Lake. ”Do you mean Black Lake?”, frågade de misstroende. Vi hävdade att vi minsann menade just Baker Lake och kommentaren vi fick var ”Oh! That’s hell of a trip!”. Så önskade de oss lycka till och paddlade vidare. Det var en av de två andra kanotpar vi skulle möta på hela färden, men det visste vi ju inte då.

Vi paddlade våra första små forsar och svalkade våra kroppar i det sköna vattnet. På eftermiddagen fick vi plötsligt se ett jättelikt fiskstim under oss. Det var gäddor och sikar och kanske ytterligare någon sort, alla var över 30 cm stora. David lyckades fiska upp en bamsegädda och en av dess artfränder slet av Tobias drag.

Tredje paddeldagen kom vi ut i Fond du Lac-älven, som var betydligt större än Waterfound. Vi hade härliga, soliga dagar med badluncher och nakenpaddling. Vid några av våra lunch- och lägerplatser hittade vi gamla eldstäder. Vi fångade fler gäddor och en taggig fisk som inte finns i Sverige men som är släkt med gösen. Forsarna blev större. Maria och David gjorde ubåt i en av de större (d.v.s. de vattenfyllda kanoten till den grad att den sjönk) och Anders kanot fick sig några rejäla törnar, men vi blev alltmer samspelta i kanotparen och forsarna gick bättre och bättre. Knotten anslöt sig till våra tidigare anhängare myggen och bet oss blodiga där de kom åt. Sådär långt var flygfäna dock inget större problem.

En kväll då vinden friskade på såg vi brandrök och solen färgades röd. Det gjorde oss lite oroliga till en början, men så småningom vande vi oss vid brända skogar och rök som gjorde världen vit vindstilla dagar. Röken tycktes komma från en skogsbrand långt bort och de svarta skogarna, som brunnit för bara ett par år sen, täckte ibland båda sidor av älven i flera kilometer. En natt tvingades vi till och med övernatta bland de svarta stammarna. Men skogen hade börjat återhämta sig. På marken växte rosagula blommor och gröna buskar och i träden kvittrade fåglarna. Branden är en del av skogens kretslopp och här uppe utgör de ingen fara eftersom inga människor bor här.

Älven slingrade sig fram mellan kanjons, där älven grävt sig ner i berget och där snön fortfarande låg kvar inne i grottorna. Vi gjorde vårt första lyft förbi Thompson Falls, där Tobias fiskade upp en enorm gädda och Alma och Josef badade i forsen. Vi fick erfara att forsar som ser oväntat lugna ut kan dölja ett mindre fall. Det blev fler lyft.

Än så länge var bärstigarna tydliga och välanvända. Ett av lyften var förbi Manitou Falls, en helt sagolik plats! Vattnet strömmade genom en kanjon och delade sig runt en liten ö. På ena sidan bildade berget en plattform där vi tog i land, medan vattnet trängdes ihop och med stor kraft och öronbedövande brus fortsatte genom en tunnel som bildats rakt genom berget. En del av vattnet slingrade sig i stället runt plattformen, bildade en grotta i bergväggen mittemot och svängde så ut och lugnade sig i en bred bukt. Över plattformen rann också lite vatten som sipprade ner i ett brant fall ner i forsen. Stora stenblock hade brutits loss bredvid och stod fast lutade mot bergväggen. Wow!



Så var det dags för vår första vilodag. Första veckans paddling till ända! Kvällen innan hade vi vårt första ”söndagsmöte” (vilket kom att hållas lika ofta någon annan dag som söndagen). Vi pratade om rutiner och effektivisering och om sträckan. Vi visste att den var lång, men var den rentav för lång? Skulle vi hinna? Vad skulle vi kunna göra för att hinna? Flera kände sig oroliga för stress, men samtidigt var alla sugna på just den här rutten. Kontentan av det hela blev att vi kom överens om att satsa, men att ta upp diskussionen igen om några veckor. Och så talade vi inte mer om saken. Vilodagen ägnade vi åt sovmorgon, vila, diverse praktiska göromål, som tvätt, hålmakning i Duluthsäcksremmarna, infettning av kängor, klädlagning m.m. Och njöt i solen! Tomas och David gick ut på ripjakt och kom tillbaka med två fåglar och Tobias fiskade upp ett par fina harrar i forsen. Vi njöt också av vår första omgång groddar och avslutade kvällen med äppelpaj och sång till gitarr kring elden. I en trädtopp satt ett piggsvin förskrämt och väntade på att vi skulle lägga oss.

Så fortsatte vi mot vårt första delmål Black Lake, nerför Fond du Lac’s klara vatten.

// Alma

23 juni – 2 juli

På morgonen av denna sista dag på Fond du Lac såg vi den första och sista björnen på vår kanottur, en liten svartbjörn på ett par hundra meters avstånd. Sedan kom vi fram till Burr Falls, den sista forsen på denna älv. En imponerande fors med många små fall och stora vågor, inget som vi ville ge oss ut i. På en höjd vid detta lyft fick vi vår första titt på Black Lake, kändes som en ny tid började. Vi visste att på andra sidan av denna sjö började Chipman-lyftet, början av vår väg upp mot vattendelaren Height of Land och början på Dubawnt-älven.

Chipman-lyftet består av en lång rad lyft mellan små sjöar varav det första är längst och mäter fem km. Det tog oss tre dagar att ta oss upp till Chipman Lake där våra kroppar och fötter fick sig en efterlängtd vil. Under lyftet var det en tryckande hetta och rök från eldar i någon närliggande skog bäddade in allting som i en dimma. Knotten och myggen var inte så farliga men i deras ställe fanns det tusentals hästflugor som ivrigt åt av våra varma kroppar.

Efter en dags vila var kropparna åter starka och Anders som haft problem med sin mage började känna sig bättre. Nu började laketroutarna hugga på kroken och markera slutet på en lång rad av kokta och stekta gäddor. Färden fortsatte över Chipman Lake och över till Bompas Lake via ett eländigt lyft. Hittills hade stigarna mellan sjöarna varit fina och lättgångna då de fungerar som skoterled på vintern. Vi hittade en gammal pälsjägerstuga på en ö i Bompas där vi gick iland och kåkade lunch. Det blåste mycket på sjön denna dag så våra kanoter råkade bli fyllda med vatten där vi lämnat dem på stranden. Vi blev då tvungna att lasta ur dem och bära över allt till andra sidan ön. Efter Bompas bar vi över till den hittills största sjön, Selwyn Lake. Omgivningen kring dessa sjöar var kuperad och kullarna var täckta av björk och de topsliknande Black Spruce (en annan typ av gran än den vi har i Sverige). På många ställen såg vi tecken på gamla skogsbränder där skogen åter börjat växa.

// Tobias

3 juli – 12 juli

Vi började gå upp klockan fem på morgnarna för att utnyttja dagljuset samt den mindre blåsiga tiden på dagen. Sista dagen på Selwyn Lake steg vi iland på en ö för att undvika den annalkande åskan. Där gottade vi oss under tarpen med sång, gitarrspel och vila. Josef glömde sin regnrock och använde i fortsättningen sin bomulls-anorak även de regniga dagarna. För att få den mer vattentät gned han in den med grönländsvax och värmden in det vid elden. Efter behandlingen höll anoraken mot lättare regn, men den släppte in vatten vid kombinationen av regn och yttre tryck.

Vi bestämde oss för att paddla den sista milen till Height of Land, då vinden var mycket gynnsam. Fram till Height of Land från Black Lake hade vi färdats uppströms genom sjösystem, vattnet rinner där söderut. Härifrån börjar vattnet rinna norrut och det rinner norrut hela vägen till Baker Lake. Att nå denna punkt var ett av våra delmål. Trötta efter en lång paddeldag, och för att fira detta delmål efter att ha varit ute en tredjedel av färden, stannade vi två nätter. Vi började äta och elda inne i tältkåtan för att komma ifrån myggen och knotten. Maten lagades fortfarande utomhus då en tillräckligt stor eld inte var möjlig att ha i tältkåtan. Bill Jeffery som vi besökte på vägen till färdens start hade berättat om en sjö som skulle ligga vid Height of Land, vilken var helig för Dene-folket. Där offrar de kläder och hämtar vatten

till de gamla och sjuka. Dene-folket är den indianstam som lever i områdena runt Black Lake. Vi hittade sjön när vi gick stigen mellan Selwyn Lake och Flett Lake. Den låg otroligt vackert vid foten av ett berg.

Vi bar den välmarkerade lyftet på 2,5 km till Flett Lake. Här fick Tobias en stor fisk på kroken vilken oturligt nog drog ner spöet och sänkte det i sjön. Vi fiskade ofta genom att dra ett drag bakom kanoten med spöet inkilat vid sitsen, tvärträet eller packningen. Ibland drog det till när vi fick napp så att spöet rycktes ur sin position. Efter händelsen med Tobias förlorade spö var vi mer uppmärksamma under fiskandet, vi ville inte förlora fler spön.



Vi gjorde en sumpig lyft på 1 km till Wholdaia Lake. I början av sjön paddlade vi förbi ett övergett fiskeläger. Alla byggnader stod kvar alldeles förfallna. Det var ingen vacker syn. Det är dyrt att frakta ut saker eftersom det måste ske med flyg så allt utan värde hade bara lämnats kvar. Där hittade Tobias delar av ett fiskespö. Dessa satte han ihop med sin extrarulle och vi hade ett spö till.



När vi nådde öppnare vatten ökade vinden och vi slog läger ganska tidigt. Vinden minskade inte under natten så vi valde att inte paddla dagen därpå. Framför oss hade vi ett stort parti öppet vatten som vi skulle behöva paddla med stark vind i sidan. Den inblåsta dagen var även regning och tältkåtan började ta in vatten vilket åtgärdades med att vi spände upp presenningar runt den. En fisketur med tre paddlare i en kanot gav endast en gädda efter mycket slit. Följande morgon letade vi efter en alternativ färdväg på kartorna för att undvika det vindutsatta partiet. Vi hittade en väg som innebar två kortare extra lyft á 600 m till Lone Lake samt en längre på 1 km till Wholdaia Lake, vilken var en gammal stig som inte använts på länge så vi bleckade den. (Bleckning innebär att göra markeringar på träd genom att hugga bort en bit av barken)

Åter på Wholdaia upplevde vi den värsta vindpaddlingen dittills. Vatten sköljde in över däck i fören när vi dunsade ner i vågdalarna och vågorna slog även in över mitten av relingen. Det var obehagligt och värst för de som satt fram. David och Maria hade en dryg decimeter vatten i kanoten och var tvungna ösa mitt ute på en tre kilometers passage. Vetskapen om att vi hade några kilometer in till land ifall vi skulle välta hjälpte att hålla koncentrationen på topp. Vi gjorde passagera i grupper om två kanoter vardera. Det var dock svårt att hålla ihop två kanoter eftersom den starka vinden gjorde det krångligt att hålla precis samma hastighet och vinkel. Vindens dån dränkte våra röster så att det emellanåt var svårt att höra paddelkamratens röst, således var det omöjligt att höra andra kanoters paddlare bara vi kom en bit från varandra.

Glada att de flesta lyften var avklarade gled vi in i Dubawnt River. En fantastisk känsla att paddla i medströmmande vatten och forsar igen efter alla dessa veckor av lyft och sjöpaddling. Vi såg färdens andra piggvinn simma över älven och gömma sig i en buske vid strandkanten.

// Maria

13 – 21 juli

Boysjön ligger spegelblank framför oss. Inte den minsta krusning i vattnet. Sjön är full utav öar och till en början var den svårorienterad. Vi beslöt oss för att paddla, i den mån det var



möjligt, längs den östra stranden. Tagna av lugnet paddlar vi tysta och endast paddlarna som i takt förs upp ur vattnet med ett lätt snärtande ljud bryter tystnaden. Efter ett tag säger jag till Frida fram i kanoten ”Ta vara på detta Frida för detta kan man inte uppleva i Sverige. Längs stränderna skulle det ligga flera sommarstugor och där borta skulle det åka en motorbåt – den skulle knappt synas men motorljudet skulle höras ända hit.” Vi försätter paddla i tystnad.

Ett tag senare slänger jag ut ett drag efter kanoten men linan har tvinnat sig sedan jag vid lunch fiskat med spinnare i en fors. Det uppstår därför en rast i paddlingen och jag och Tobias, som kommit med en hjälpande hand, reder tillsammans ut den krånglande linan. Under tiden har de andra tagit chansen till ett svalkande dopp. Att bada från kanoterna började vi med i samband med att myggen och knotten kom. Ute på vattnet var man kvitt dem och om man tog sig in till land för att bada skulle de följa med ut igen. Tanken på att det borde vara möjligt att kunna dyka ifrån kanoterna började här växa fram och fyra mer eller mindre lyckade dyk genomfördes. Det mest stilfulla stod Tobias för. Efter att ha dykt i ståendes på ena stäven hade han tagit sig upp i kanoten igen och stod och vred ur håret, då han plötsligt halkade till. I en elegant båge vek han kroppens högra sida över relingen och dök ner i vattnet igen.

Tomas och Anders hade åkt in till en ö för sina dopp och i väntan på att de skulle ta sig ut till oss andra bjöd Frida på en utav färdens underbaraste stunder. Under flera minuter kulade hon medan vi andra satt medtagna att allt det vackra. Det gick att urskilja hela fem ekon som svarade hennes melodi och genom att välja vilket svar man ville lyssna till var det möjligt att följa melodin från olika punkter. När alla åter var samlade lät vi kanoterna fortsätta bryta Boysjöns spegel.



Efter Boysjön följde de kommande sträckorna ett visst mönster – sjöpaddling cirka 2 mil och därpå följande älvpaddling cirka 2 mil. Det var härligt då det gav variation i paddlingen.

Under denna tid började vi också på att paddla längre sträckor – mycket tack vare Dubawnt-älvens vatten som rann snabbt och förde oss medströms. Här kunde vi också se hur tundran gjorde sig allt mer påtaglig. Granarna stod sakta men säkert glesare och så en dag kunde vi inte se ett endaste träd åt något håll. Någon dag senare kom dock ett lite skogsparti, men det kom också att bli de sista träden vi såg på hela turen.

Under älvpaddlingen förekom det en hel del forspaddling och medan vi lade denna sträckning under oss paddlade vi flera forsar som många i gruppen tycker var de roligaste att paddla. Det var flera forsar som var ganska långa men det som framför allt var utmärkande för forsarna på Dubawnt-älven var att det var mycket vatten i dem. Vid det här laget hade vi fått god rutin på forspaddlingen och de flesta forsarna läste vi från kanoterna genom att ställa oss upp och välja en lämplig väg.

Söndagen den 18:e juli kom färden att förändras en del för oss. På kartan var det en sträckning på 2 km som var täckt med forsmarkeringar och mellan de två höjdmarkeringarna, som var cirka en mil ifrån varandra, skiljde det 30 höjdmeter, så här visste vi att det var något, och det var det. En lång fors, med mycket vatten och branta sidor, som vi läste mycket noggrant och denna gång från land. Forsen var lite klurig då den hade många svängar och flera partier med höga vågor. Jag och Frida beslöt att paddla en lite annan väg än de andra vilket kom att få förödande konsekvenser. Vi skulle paddla rakt ner i det första strömmande partiet och efter vänstersvängen ta oss över på vänster sida, hålla oss kvar där genom kommande högersväng och efter svängen ta oss över till högersidan genom att backfärja. Sedan skulle vi följa kanten ner genom nästa vänstersväng och upp vänster mellan två vågiga partier och vidare ner genom det sista partiet som inte skulle vara några svårigheter. Vi åkte som första kanot. Den första biten gick enligt planerna men när vi skulle backfärja hände ingenting – trycket i forsen var för starkt. Det enda vi kunde göra var att ställa rätt kanoten igen och paddla genom de stora vågor som vi egentligen skulle undvika. Det gick bra, så länge som vågorna bara kom från vänsterkanten. Ju närmre vi kom svängen desto fler vågor kom från höger och att parera höga vågor från två håll i en fors med högt tryck var mer än jag och Frida behärskade. Det sköljde in vatten över däck in i kanoten i en våg och sen i nästa, och sen nästa. Då vände sig Frida, som satt i fram, mot mig och bad om öskaret vilket jag lugnt överlämnade, men när Frida skulle ta första skopan blev hon sittande med öskaret i handen och visste inte vart hon skulle börja. Det var vatten överallt och nu flöt packningen upp och kanoten ner i forsen. Jag fattade min dagspackning med kameran i och vi började ta oss mot land efter bästa förmåga.

Till en början var det ingen fara men när krafterna började tryta och strömmen blev starkare väcktes rädslan i mig. Den allt starkare strömmen kom från de riktigt stora vågorna i slutet på forsen och om man skulle hamna i dem var det inte säkert att man skulle kunna ta sig ur dem. Uppgiven och med ont om krafter slutade jag simma, lade mig på rygg med fötterna nedåt forsen och min väska på magen – redo att möta vågorna, då jag fick syn på ett litet bakvatten som bildats i bergssidan. Med tanken ”om det så är det sista jag gör så ska jag ta mig dit”, började jag svepa mig in med högerarmen samtidigt som jag försökte hitta botten med fötterna – till slut var jag där. Jag rev upp packningen och fann att kameran klarat sig och hörde Frida ropa mitt namn varpå jag började gå till henne. Vägen dit var på sidan av denna branta vägg och full av lösa stenar vilket gjorde mig lika rädd där som i forsen, men med Fridas guidning gick det bra och vi började gå nerströms längs stranden. Innan jag gick kom

David och Maria nerpaddlandes för forsen, vilka efter jag ropat ”Vi har gjort U-båten! Kolla efter packningen och kanoten, vi har inte sett nått!” började plocka upp den packning som flöt omkring en bra bit efter forsen. Efterhand kom de andra också ner längs forsen och anslöt sig till räddningsarbetet, och Alma och Tobias reste läger på första bästa plats. All packning återfanns utom mitt fiskespö, min vattenflaska, Fridas anorak och waniganen – köksutrusningen. Nu stod vi utan grytor, stekpannor, såg, två yxor m.m. Det enda vi hade att koka i var en kaffeburk på cirka en liter som Tobias tagit med som ”bra-att-ha-grej” och detta var vårt enda kokkärl i en vecka. Nu använde vi satellittelefonen för första gången. Innan färden hade vi kollat upp numret till ett fiskeläger som skulle finnas i Dubawnt Lake, dit Tomas ringde och förklarade vad som hänt varpå de i sin tur förklarade var fiskeläget låg, så vi kunde få lite ny köksutrusning där.

Kvällen och kommande dagar ägnade vi åt att torka vår utrusning, fiska och att vila. Tomas och David gick i väg till ett övergivet fiskeläger vi sett vid lunch samma dag som olyckan, för att se om de kunde hitta något användbart. De kom tillbaka med ett grillgaller och en diskho. Det gjordes försök att täta hålen i hoarna för att eventuellt kunna använda dem att koka i men det lyckades inte. Vi var också några stycken som tog oss upp till olyckplatsen för att se om vi kunde se waniganen och eventuellt få upp den, men den var omöjlig att lokalisera.

Eftersom vi hade tid beslöt vi också att rökimpregnera tältkåtan. Då tände vi en eld i den och stängde rökutgångarna. Detta gör att röken täpper igen porerna i tyget och duken blir mer vattentät. Tyvärr gjorde det också att flera av syntetdelarna i den smälte och i ett ryck var elden utslängd och tältkåtan nere och reparationsarbetet påbörjades. En av våra boendeformer hade därefter lite annat utseende och var inte lika mygg- och knottsäker som tidigare, då myggnäten smält bort, men med ökad förståelse kring tältkåtans konstruktion fungerade den bra resterande del av färden också.

När vi återhämtat oss från alla händelser de senaste dagarna paddlade vi vidare, vidare mot Dubawnt Lake.

// Josef

22 juli – 2 augusti

Dubawnt Lake. Hit kom vi och möttes av kyla och snö kvar på sina ställen.

Hjortronmognaden gick till min besvikelse bakåt i tiden och bävan blev större för att tvätta sig i detta kyliga vatten. Vi hade i alla fall gott om mat i sjön, Öringen var bara att hämta.

Paddlingen över sjön började i dimma och stora vågor. Till min förtjusning ombyttes det av sol och spegelblankt vatten. I lugn sjö paddlade vi första biten och kunde ta saftiga genvägar rakt över sjön. Det var en ganska enformig paddling och krävde noga planering av raster för att tajma de öar som passerades med några timmars mellanrum. Efter en extra lång dags



paddling, slog vi läger på en ö i mitten av sjön, då vi ville ta tillvara på det stående tillfället att paddla i stilla vatten. På morgonen blåste det rejält och vågorna sköljde över stranden. Vi paddlade iväg men vid lunch valde vi att avvakta på mildare vindar, i sådant här kallt vatten ville vi inte riskera att välta. Vi låg i solen, läste, bakade bröd på varma stenar och vilade våra välanvända kroppar. Vi fantiserade om mat och undrade om det kanske fanns att köpa lite extra på fiskeläget. Den underbara fördelen med blåst var att mygg och knott höll sig borta, det var skönt att vila huden.

Morgonen därpå gav vi oss iväg redan kl. 4 för att få så lugnt vatten som möjligt. Vi hade både stilla och blåsig förmiddagspaddling, en regnig lunch men sen mojnade vindarna och vi kom till fiskeläget på eftermiddagen. Vilken fröjd!! Vi bjöds av Wally på kaffe med färsk mjölk och att sitta ner på stolar i värmen i huset. Attans vad skönt! Vi blev dåliga och upprymda av att se Kanadakartan på väggen, hur långt vi faktiskt paddlat och att det nu inte var så långt kvar. Enormt härligt var det att inse att vi ändå verkade ha möjlighet att hinna fram till Baker Lake. Sen bjöd vår värd på middag; färsk grönsaker, potatis, SMÖR!, kyckling och jästbröd. Mmmums vad gott! Bästa presenten att få! Med sprängfyllda magar och glada öron (de hade fått lyssna till Wallys stämningsfulla countrysång) gick vi och lade oss på mjuka madrasser.

Dagen efter tog vi nöjda emot de matvaror vi beställt med flyget, som anlände med nya gäster, och nya kastruller som Tukto Lodge givmilt gav till oss och fortsatte, laddade med ny energi, på vår färd. Den natten sov vi på ett enormt knottfyllt ställe, det smattrade mot huden och luften var prickig. Därifrån valde Anders att åka tillbaka till fiskeläget och flyga hemåt. Vi fortsatte en man och en kanot färre. Efter en kort



bit på Dubawnt River med en del fors kom vi fram till det helt underbart vackra Dubawnt Gates- vilket ställe! Vi hade en av de vackraste lägerplatserna vid denna storslagna fors med dess kanjons, uppe på en sandplåtå med utsikt över Grant Lake, tundran och den skummande, kraftfulla forsen. Efter ett lyft uppdelat på två dagar kom vi till Grant Lake, en liten sjö som paddlades över på en dag. Efter besöket på fiskeläget hade färden fått en lite annan touch, våra hungriga magar fick större matportioner och dubbla satser bröd, målet kändes närmre och realistiskt och vi bytte våra invanda paddelpar mot nya konstellationer. Vi hade kommit bra in i björkrisletandet och vi hade arbetat fram en fin och effektiv eldstad. Naturen var majestätiskt vacker. Forsarna mäktiga och ivriga. Det var häftigt att tänka på hur de kommer fortsätta att brusa och skumma även när vi givit oss av och att de forsat så länge redan, det ingav en känsla av oändlighet och okuvlighet. Morgonarna blev kyligare, dimmiga och dunkla.

Första dagen med forspaddling i våra nya kanotpar var aningens misär för vår kanot. Vi blötlades två gånger på grund av vattenfylld kanot, det kändes hopplöst och tröstlöst. Vi upplevde svårigheter med att ha bytt ut det invanda kommunikationsmönstret i de tidigare kanotparen och det var extra klurigt att vara tre i kanoten. Den kvällen torkade vi grejer för full hals och somnade trötta. Dagen efter kom vi till Wharton Lake men den grunda forsen

innan klarade vi till vår lättnad galant, underbart härligt att vi hittat en vinnande teknik för oss tre. På kvällen kom en flock myskoxar och gästade oss till middagen. Njutningsfullt att bara sitta och titta när de lugnt gick och betade. Mellan Wharton och Marjorie Lake paddlade vi en del fors och åt lunch innanför myggjackorna, knotten var ettrigare än någonsin och fastnade i smöret på mackorna. Efter kort paddling på Marjorie Lake möttes vi av hård motvind. Vi stannade för att vänta ut vinden på en liten ö med gummigungande mark. Det hade vi fantastiskt roligt åt! Tobias gungade sig ner till knäna och satt som gjuten i marken. Sen satt stövlarna kvar men med mycket kraft kunde vi dra loss dem. Den glädjestunden värmdes i kyliga blåsten. Tyvärr lyckades vi skava två rejält stora hål i kanotduken under tiden vi avvaktade. Det kändes riktigt surt men det var bara att laga. Det passade ändå ganska bra att bli inblåsta, både för att få vilodag och för att få tid att laga kanot.

// Frida

3 – 12 augusti

Femtioförsta dagen blev en vilodag, eller en inblåst dag. Den ön vi bodde på var mycket liten men vågorna på Marjorie Lake var stora nog att hålla oss kvar. Blåsten höll i sig och först efter tre nätter på ön kunde vi ta oss vidare, den 5:e augusti. Men under våra mer stillsamma dagar på ön kom vi överens om en hel del praktiska ting. Bland annat delade vi upp gemensamma grupptillhörigheter, vem som skulle ta hem vad av det vi lånat, och vi diskuterade hur vår färd skulle redovisas. Från den lilla ön som var vårt hem under dessa dagar kunde man vada över ett sund till en annan ö som var betydligt större och som uppenbarligen var hem för ett stort antal ripor. Sex stycken av dem hamnade över elden efter två jakträder.

Dagen vi tog oss från ön var kall, en av de kallare under hela färden. Den lilla nyckelringstermometern vi hade visade på endast +2 under morgonen. Det blåste fortfarande men var inga problem att paddla. Dagens fikaraster blev allt annat än stillsamma då nedkylda fötter värmdes upp genom löprundor. Var dock insektsfritt. Efter förmiddagen hade vi tagit oss över Marjorie Lake och därmed den sista sjön i Dubawnt River. Alldeles i slutet av sjön blåste det upp igen till lika hård sjö som dagarna innan då vi valt att inte paddla. Vågorna blev snabbt större och vi försökte ta oss till högersidan av älvens inlopp, mot vind och vågor i hopp om lugnare sjö. Vi fick snart avbryta planen då vågorna började bli alltför höga. Medan Tomas och David kom i lä bakom en ö så tog sig övriga mot inloppets vänsterkant. Under den korta sträckan in mot land tog Josef och Tobias in så mycket vatten i de höga vågorna att kanoten var nära att sjunka. Medan Josef paddlade så öste Tobias vatten för glatta livet. Vi kunde efter en stund fortsätta paddlandet med andra vägval där vi höll oss nära strandlinjer till små öar som våg- och vindbrytare.

Älven vi nu kom in i bjöd direkt på en fors som vi var tvungna att bära förbi. Strax innan lyftet, under läsningen av forsen, fann vi mogna hjortron för första gången denna sommar. Att finna mogna hjortron var något vi pratat om länge så det var en härlig känsla att kunna njuta av färska bär. Efter forsen paddlade vi en kort sträcka innan vi slog läger.

Dagen efter var helt vindstilla. Vattnet rann på snabbt så vi kunde utan större ansträngning färdas långt under dagen. Trots ett lyft över en brant och hög ås, förbi en otroligt vacker fors som hade varit omöjlig att paddla förbi så tog vi oss 47 km denna dag. Ungefär efter halva

sträckan letade sig en renhjord ner i den ravin där älven gick och där vi paddlade, för att elegant simma över vattnet bara några meter framför oss. En otroligt vacker naturupplevelse. I övrigt så bjöd älven på två fina öringar som kokades till middag. Fyra km kvar till Thelon River.

Den 7 augusti kom vi ut i Thelon och lämnade Dubawnt River bakom oss. Vädret var till en början det bästa tänkbara och vi kunde ta av oss kläderna på överkroppen. Vattnet låg helt blankt och det var en fröjd att paddla. Efter en stunds paddling upptäckte vi två kanoter på en höjd. Vi tog oss dit och kunde konstatera att det handlade om en tidigare olycka. Kanoterna var mer eller mindre kvaddade och låg intill små stenrösen med träkors på. På eftermiddagen blåste det upp och vi slog läger på en ö. Efter middagen åt vi havregryn, rostade med socker och olja, tillsammans med hjortron och vaniljsås. Gudalikt.

Femtiosjätte dagen, 8:e augusti, tog oss ut till Aberdeen Lake. En otroligt stor sjö som tog oss över två dagar att passera. Strax innan vi kom ut på sjön tog sig en renhjord på ungefär 30 djur över älven. Dagarna på Aberdeen präglades av svag motvind samt svårigheter att finna ris för eldning till matlagningen. Det blev under dessa dagar viktigare att hålla utkik efter drivved längs stränderna.



Den 9:e augusti användes satellittelefonen för andra och sista gången under färden, anledningen var att boka flygbiljetter från Baker Lake vilket blev billigare om vi gjorde det några dagar i förväg.

Efter Aberdeen återstod det några mindre sjöar med strömmande vatten emellan innan vi kom ut till Schultz Lake. En annan stor sjö med risk att bli inblåst på. Vi tog oss över större delen av sjön den 12:e augusti efter en bra paddeldag.

// David

13 – 22 augusti

13/8 Fredagen den 13 började med besked. På natten vaknade vi av kraftig vind som gjorde att vi drog upp packningen ytterligare på stranden för att inte vågorna skulle dra med sig något ner i vattnet. Under nätter med kraftigare vind som ger mycket vind i tälten kan det vara skönt att ha öronproppar till hands. Vinden fortsatte under dagen så det blev frukost inomhus. Då det blåser för mycket för att paddla vidare blir vi kvar en natt till och har möte om framtida ekonomiska frågor.

14/8 Ytterligare en dag då vi är inblåsta bjuder på utflykter i området, god mat med efterrätt och spännande böcker och spel bakom skydd från vinden. Efter rejäla måltider senaste tiden får numera all mat plats i en säck.

15/8 Vinden mojar så vi kan ge oss iväg på eftermiddagen med nybakat bröd som avnjutes till middag i sällskap av blåbärssoppa. Efter en sväng fick vi se ett djur på stranden. Vi gick i land och konstaterade att det var en järv. Vi har nu Schultzjön bakom oss. Nästa sjö att uppenbara sig framför våra ögon är Bakersjön, målet för vår färd.

16/8 En fors bjuder på trivsamma vågor. Det är härligt att glida fram längs en kraftig älv där sinnena sätts på prov. Ett kors ovanför forsen vittnar om att någon tidigare i historien inte haft

samma lycka längs sin färd. När vi slagit läger bakas bröd innehållandes äggpulver och kakao. Även detta äts med välbehag i magar som vant sig vid ett ansevärt antal olika sorters bröd denna sommar.

17/8 Vi kommer fram till Bakersjön. Inte själva byn utan sjön själv. Längs med sjön fanns mycket ved som gladdde oss i form av ganska grova stockar. Härlig omväxling till dvärgbjörk och vide. Kraftig vind gör att vi inte klarar att paddla längre denna dag.

18/8 Vinden blåser på även idag men distansen som återstår till byn är inte så lång så vi väljer att långa partier dra kanoterna längs strandkanten. Just när vi passerar flygplatsen landar ett plan ett tiotal meter ovanför våra huvuden. Vi väljer att lämna kanoter för att ta oss till en fin campingplats där vi slår upp tälten och intar en stuga som står öppen. Kvällen förgylls av fest med inuiterna där det bjuds vildren, godisregn, musik, dans och lekar.

19/8 Vinden har mojnat så vi paddlar våra kanoter till hamnen därifrån de så småningom ska skeppas.

20/8 Ett gäng på väg hem till Sverige vinkas av på flygplatsen så att endast 4 gruppmedlemmar återstår i Kanada för den sista månaden av efterarbete.

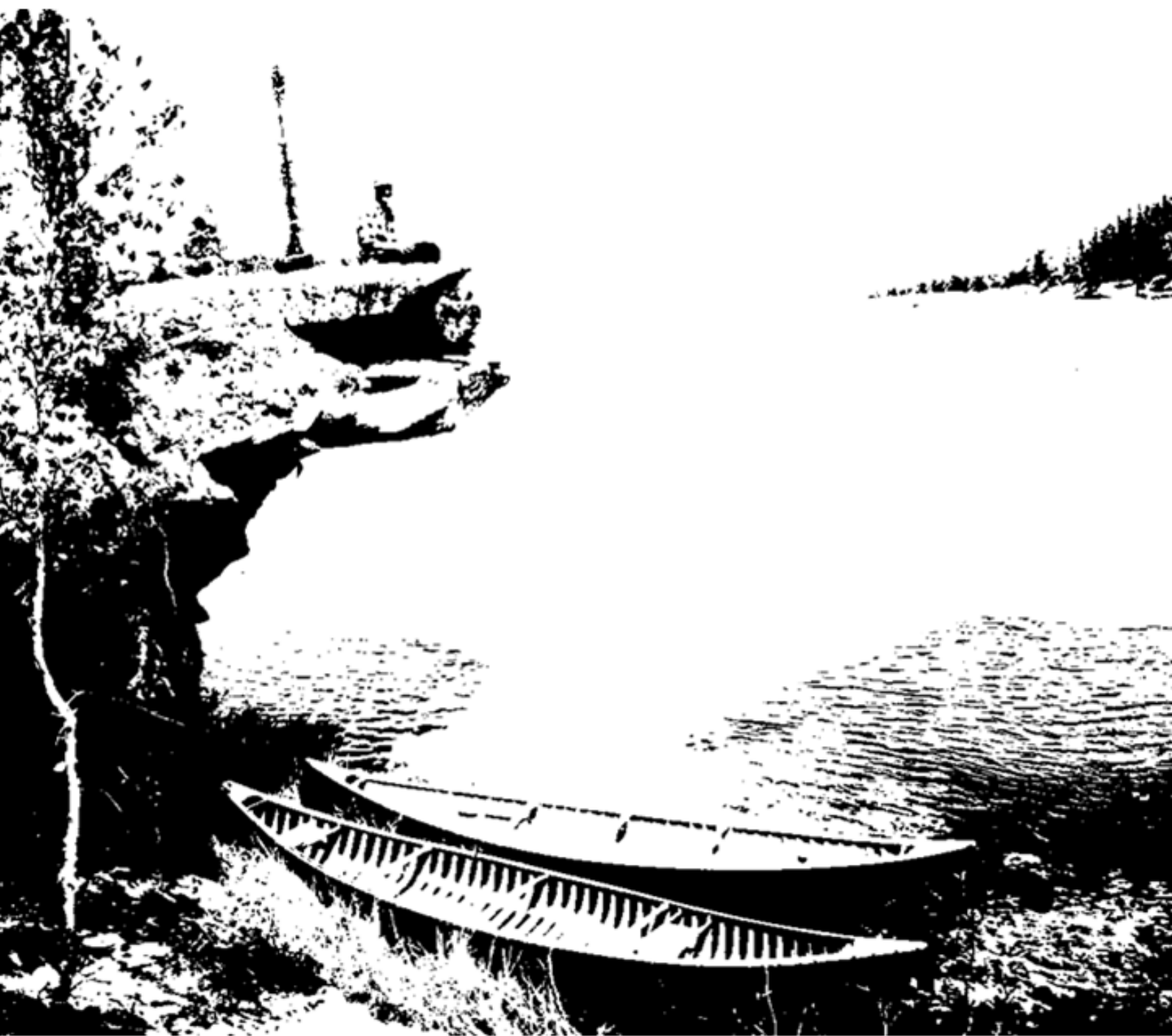
21/8 Några inuiter besöks där vi bjuds på fika. Som tack ger vi dem lite saker som vi inte behöver längre, näver, myggmedel och handskar.

22/8 De sista medlemmarna lyfter från Bakersjön och beger sig på nya äventyr utan kanoter.

// Tomas

Del II

DEN PRAKTISKA DELEN



4 Planering

4.1 Möten och kontakt

Den sista augusti 2009 skulle alla intresserade meddela om de tänkte följa med och då började den praktiska planeringen inför färden i och med att gruppen hade bildats. Angett datum var vi sju personer och vid det första mötet, som hölls helgen den 3-4 oktober på Sjöviks folkhögskola, tillkom ytterligare en person.

I genomsnitt hade vi en planeringsträff i månaden på Sjöviks folkhögskola, då fyra av åtta deltagare gick på skolan under året och då det var en naturlig bas för oss alla. Under mötena diskuterade vi, tog beslut i olika frågor samt stämde av hur arbetet fortlöpe på de olika områdena mellan träffarna. Mellan träffarna kunde vi också diskutera och uppdatera varandra via ett forum som vi skapade för ändamålet (kanadasommar.egensajt.se/board). Det fungerade mycket bra då det var lätt för hela gruppen att kunna diskutera och att få en överblick mellan träffarna. Viss kontakt skedde också per mejl och telefon.

Vi delade upp det praktiska arbetet och efterforskandet mellan oss, så att arbetet kunde pågå mellan träffarna. Alma var ansvarig för forumet, Tobias för fiske, David kollade upp regler för jakt och vapeninförsel, Frida ansvarade för sjukvårdsmaterial, Tomas för ekonomin, Anders hade kontakt med vår kanotförsäljare, Alma och Maria var matansvariga, Josef, Tobias och Anders letade lämpliga turförslag, Maria och David letade sponsorer och så vidare. Detta fungerade effektivt och bra, och minskade arbetsbördan för varje person.

Förutom planeringsträffarna var vi ute och paddlade en femdagarsfärd på Dalälven i november samt hade en första hjälpen-kurs över en dag i slutet på mars.

På det hela taget fungerade planeringsprocessen bra. Något som kunde varit bättre vore om vi bestämt den slutgiltiga rutten för färden tidigare, men på grund av långsam kontakt med Dene-folket i byn Black Lake (som det fanns idéer på att färdas tillsammans med en del av färden, men det passade inte i slutändan) sköt vi på det alltför länge. Detta gjorde att väldigt mycket var tvunget att kollas upp och ordnas med sent.

Under utvärderingshelgen efter färden framkom också att det skulle varit bra att i ett tidigt stadium av planeringen pratat igenom målsättningen med färden innan det praktiska arbetet satte igång. Dessutom skulle hela planerings- och grupprocessen underlättats om vi hade upprättat ett gruppkontrakt, som man kunde hänvisa till vid eventuella konflikter i gruppen.

Mötesprotokoll eller dagordning från våra möten i oktober, november, januari, februari och mars medföljer som bilagor.

4.2 Ekonomi

För att ett projekt likt detta med 8 medlemmar ska fungera smidigt ekonomiskt bestämde vi oss för att starta upp ett gemensamt bankkonto. Detta gjordes hösten före avresa då vår första utgift i form av kanotinköp blev aktuell. Med bankkontot följde ett Visa-kort som användes till att betala våra gemensamma utgifter.

Under de möten vi hade under planeringsåret bestämdes vilken summa pengar var och en skulle sätta in på kontot för att bekosta alla utgifter under resans gång.

Vi beräknade våra utgifter väl, men en viss marginal är bra att ha när många olika delutgifter kan bli högre än beräknat. I Kanada har de även ett system som innebär att skatten inte är inräknad i priset på varorna, utan läggs på när man betalar.

4.2.1 Budget

För att beräkna hur mycket pengar som skulle komma att behövas gjordes en preliminär budget. Denna budget hamnade på omkring 40 000 kronor per person vilket visade sig stämma ganska väl. Anledningar till att denna summa blev förhållandevis låg är att vi var många som delade på kostnaderna samt att vi kunde låna utrustning till viss del såsom tältkåta från Tentipi samt tunneltält från Sjöviks folkhögskola.

Färdens budget bestod i huvudsak av tre kategorier:

Resor och transporter för oss själva samt utrustning till och i Kanada. Denna kostnad kan variera kraftigt beroende på om flygbiljetter köps i god tid till förmånliga priser samt vilket fordon som införskaffas. Våra två bilar krånglade något så det drog upp kostnaden. Vi valde att avsluta paddlingen på annan ort än där vi började vilket gjorde att det blev en kostnad att ta oss till civilisation igen.

Inköp av gemensam utrustning. Vi kopierade kartor på universitetet i Winnipeg och handlade begagnade kanoter som höll den kostnaden låg med tanke på att vi ändå hade optimala saker.

Mat. Vi torkade frukt och grönsaker samt fiskade en hel under färden del vilket gjorde att vi även här kom undan med en låg summa. Den övriga maten inhandlades i Winnipeg.

All personlig utrustning såsom kläder, sovsäck och packväskor stod vi själva för, så det ingick således inte i vår gemensamma budget.

Vår budget i siffror/person:

- 8000 – 9000 flygbiljett
- 5200 kanoter
- 14 000 transporter i Kanada
- 5000 mat
- 1000 satellittelefon
- 5000 övrigt (t.ex. sjukvårdsutrustning ca 500 kr, kamerautrustning ca 500 kr, fiskeutrustning ca 300 kr, Duluth-säck 1500 kr, ev. vandrarhem m.m.)

4.3 Vägval

Ända sedan Anders började prata om denna kanotfärd har isättningsplatsen varit Black Lake i norra Saskatchewan. Han hade varit i detta område förr och ville tillbaka dit. Utifrån denna startpunkt diskuterade vi lite olika turer. För att vara säkra på att isen hade gått på Black Lake när vi kom dit började vi diskutera att börja turen längre söderut i Fond du Lac-älven.

I slutändan stod det mellan två alternativ, paddla Dubawnt-älven norrut till inuitsamhället Baker Lake, eller paddla upp till tundran och där göra en loop så vi kom tillbaks till startpunkten. Vi valde till slut att paddla mot Baker Lake. Beslutet om vilken tur vi skulle paddla togs inte förrän i mitten av maj, då vi inte hade full koll på hur lång tid det skulle ta för oss att komma till Baker Lake. Detta ledde till att det blev mycket mer paddling än någon av oss tänkt. Dock var vi väldigt nöjda över att paddla de älvarna som vi valde, men med facit i hand skulle det varit klokt att välja tur tidigare i planeringsstadiet.

Hela turen blev till slut:

Waterfound River – Fond du Lac River – Chipman River – Dubawnt River – Thelon River.

4.4 Inspiration och information

För att få inspiration och information om vad som skulle komma eller kunna komma att vänta oss på färden läste vi en del böcker. Framför allt böcker om pälsjägare då dessa levde nära naturen på ett sätt som tilltalade oss. De använde sig av enkla redskap för att klara sitt liv och ofta ger de fina skildringar av kanotpaddling och livet i den kanadensiska vildmarken.

Vi pratade också med flera personer som gjort liknade färder. Några utav de vi pratade med har gjort färder i samma område som vår och andra har erfarenheter från andra långfärder. Det vi pratade om med dessa personer var framför allt om hur de hade gjort vissa lösningar, allt från säkerhet och ledarskap till paddelpar och fotoutrusning.

4.4.1 Böcker

Farväl, Falcon Lake av Harry Macfie (1951)

Legend of John Hornby av George Whalley (1962)

Lägereldar längesen – Äventyr som trapper och guldgrävare i Canada och Alaska av Harry Macfie (1944)

Med kanot och hundsläde – Bland Cree- och Salteaux-indianerna av Young Egerton Ryerson (1894)

Med kanot och hundspann – På jaktfärder i norra Kanadas vildmarker av Erik Munsterhjelm (1946)

Min vän bävern av Grå Ugglan (1935)

Pälsjägerliv av Helge Ingstad (1952)

Pälsjägarnas paradiset av Albert Viksten (1959)

Under frihetens himmel – Färder och äventyr i nordlandet av Svante Lysén (1996)

True north – A Journey into Unexplored Wilderness av Elliott Merrick (1933)

4.4.2 Personer vi pratade med

Bo Weslien – huvudvägledare på Friluftsliv-Hantverk-Ledarskap (FHL) på Sjöviks folkhögskola och vår expeditionskurshandledare. Har erfarenheter av flera långfärder bland annat i Sverige och Finland.

Roger Isberg – Var med och startade Friluftsledarlinjen, numera FHL, på Sjöviks folkhögskola. Har bland annat genomfört en 8 veckor lång kanotfärd på Thelon-älven i Kanada. Roger visade bilder och berättade för oss om deras färd.

Svante Lysén – Friluftare och äventyrare som genomfört många långfärder på norra delen av jordklotet. Har paddlat Kazan-älven till Baker Lake, vilket var en tur som vi diskuterade om vi skulle paddla.

Lars Fält – Friluftsliv- och överlevnadsinstruktör. Har bland annat gjort en långfärd med kanot i Labrador i Kanada.

Bill Jeffery – Kanadensisk vän till Anders som bland annat har paddlat Fon du Lac-älven och Dubawnt-älven. Av honom fick vi låna kartor och anteckningar, och vi fick upplysningar om vad vi hade att vänta oss.

Lars Pettersson – Josefs biologilärare från högstadiet. Har gjort en tio veckors kanotfärd på Coppermine-älven i norra Kanada, och tillbringat två längre perioder i Alaskas vildmark.

Hans Stening – Utbildare inom sjukvård vid försvaret i Falun. Höll en ”första hjälpen”-kurs för oss.

Robin Jones – Läkare som tillhandahöll läkemedelsrecept.

Kyle Kushnir – Ytterligare en kanadensare. Han hjälpte oss med bilförsäkringar och visade bilder från kanotfärder i områden som liknade det vi skulle starta i.

Juha Rankinen – Lärare på Vildmarksgymnasiet och har jobbat för överlevnadsexperten Ray Mears.

Vern Studer – Pälsjägare från La Ronge i Saskatchewan. Har träffat Erik Munsterhjelm och delade med sig av historier som utspelade sig i norra Saskatchewanens skogar. Läger fortfarande ut fångstlinor trots sin ålder på 85 år.

Lars Monsen – Norsk friluftare. Har bland annat skrivit boken *Stora vildmarksboken*.

Bruno Helgesson – Naturfotograf med erfarenheter från vildmarker över hela världen.

4.5 Logistik

Innan flygbiljetterna till Kanada köptes beräknade vi vilken tid som behövdes till förberedelser, såsom transporter, inköp med mera, på plats i Kanada. I slutändan åkte två av oss till Kanada i april, tre i maj och tre i juni. Detta visade sig vara en väl avvägd planering då allt blev i ordning före paddlingen skulle börja.

Första personen åkte till Vancouver för att köpa en bil som skulle frakta våra där inköpta kanoter till Winnipeg (där större delen av våra förberedelser skedde). Resterande gruppmedlemmar flög till Winnipeg. Tanken var att en duo skulle ha anlänt till Vancouver men vulkanaska från Island ändrade planerna. Person nummer två anlände därför cirka två veckor senare.

I Winnipeg hade vi förmånen att få låna ett sommarhus där vi fick bo under hela förberedelsestadiet samt även när vi kom tillbaka efter paddlingen. Detta var sju mil utanför staden så det blev många bilresor för att handla eller göra andra ärenden. Av John Shantz, som lånade ut huset till oss, fick vi också låna telefon, och han var behjälplig med andra praktiska saker.

Bilen som först inhandlats blev efter hand så sliten att vi bestämde oss för att köpa en minibuss som skulle ta oss alla och vår utrustning till paddlingens början. Vi köpte även en släpvagn. Med minibussen och släpet åkte vi cirka 140 mil från Winnipeg till norra Saskatchewan. Bilen och kärran stod i Points North under färden. Vi sjösatte dock längre norrut, i en älv där det inte fanns parkeringsutrymme längs vägen. Därför fick vi skjuts av en man från Points North som sedan körde tillbaka minibussen för sommarförvaringen.

Under färden lämnade en gruppmedlem gruppen och tog sig tillbaka till civilisationen genom att flyga sjöflyg från ett fiskeläger i Dubawnt Lake. Även en kanot transporterades då tillbaka med flyget.

När färden var över framåt höstkanten lämnade vi de tre kvarvarande kanoterna i Baker Lake för transport till Winnipeg med båt och tåg. Tre stycken gruppmedlemmar flög direkt från Baker Lake till Winnipeg och sedan hem till Sverige, medan de resterande fyra stannade kvar i Kanada en månad för att hämta minibussen och släpet och sälja dem. De som stannade kvar tog sig tillbaka till minibussen genom att både flyga, åka tåg samt få skjuts med bil.

Släpkärran blev snabbt såld längs vägen. Bussen åkte vi med under vår extra månad i Kanada tills det blev håll i växellådan. Då reparationskostnaderna var högre än bilens värde såldes den till en skrot. Tiden efter det fick vi hjälp av snälla grannar samt vår värdfamilj som lånade ut sina bilar och skjutsade oss dit vi skulle.

5 Utrustning

5.1 Personlig utrustning

På den här färden skulle vi vara ute från vår till höst och få uppleva alla olika väder och temperaturer. Vi skulle vara ute lång tid och vi visste att vi skulle behöva göra en del lyft, samt att kanoterna skulle bli fullastade. Därför ville vi ha med oss utrustning som var tålig och lättorkad, som klarade både kyla och hetta. Att packningen inte tog allt för mycket plats och vikt var relevant, men framför allt ville vi inte ta med oss mer än vad som var nödvändigt för att klara oss och ha det bra. Det var således de principer som gällde när vi valde vår personliga utrustning. Här följer en liten redogörelse för vilken utrustning vi hade med oss, samt hur den fungerade.

5.1.1 Packlista

Kläder

3 st. kalsonger/ trosor (bomull/ ull)
2-3 st. T-shirts/ kortärmade skjortor (bomull/ ull el dyl.)
1 st. underställ (ull/ syntet)
6 par strumpor (ull)
(1 par kortbyxor (syntet/ bomull)
1-2 par byxor (Ventile/ ull/ G-1000 m.m.)
1-2 st. skjortor, träningsoverallsjacka (bomull/ ull)
1-2 st. ylletröjor
1 st. bälte
1 st. anorak/ vindtät jacka (Ventile el. dyl.)
1 st. regnställ
1-2 st. mössor (ull/ bomull)
1 par arbetshandskar
1-2 par vantar
1-2 st. snusnäsduk/ yllebuff
1-2 st. solhatt/ keps
1 par solglasögon
1 par stövlar och/ eller 1 par kängor

Övrigt

1 Matpåse (djup skål, mugg/kåsa, sked)
1 Toalettpåse (tandborste, tandkräm, hudsalva, nagelklippare, tvål och dylikt.)
1 Kniv Täljning, eldning etc.
1 Eldpåse (tändstickor 2 askar, tändmaterial, eldstål) vattentätt
1 kompass
Myggmedel

Till paddling

Flytväst
1-2 paddlar
Knädyna
(Axeldyna)
1 par vadarskor

Sov

Sovsäck 3-säsongs, dun eller syntet
Liggunderlag
(Myggnät)
Innerlakan
Sovsäcksöverdrag

Reparation

Sykit (t.ex. sytråd, nålar, garn, tyg, läder, handsymaskin)
1 Leukoplast till kanotlagning 5 cm bred
1 Leukoplast till fötter m.m. 5 cm bred
1 Fallskrämslina 10 m

1 st. myggjacka
1-2 st. mygghatt/ huvudnät
1 Anteckningsbok, pennor
1-2 pocketböcker
1 Termos
1 Vattenflaska
Tvål

5.1.2 Packsäckar och väskor

För vår mat och gemensamma utrustning behövde alla två Duluth-säckar var. Duluthsacken är enkel och traditionell, sydd i tjockt canvastyg och med remmar av läder. Den är lätt att packa och rymmer mycket och man bär den med pannrem och axelband. En kraftig plastsäck medföljde att ha inuti så packningen hålls vattentät och flyter. De fungerade mycket bra.

Till den personliga utrustningen hade vi olika lösningar. Många hade en ryggsäck på 80-100L, vilket var bra. Dock var de inte lika bra att lasta i kanoten som Duluth-säckarna, men skön att bära som omväxling till dem (då man använde lite andra muskler). Några hade mindre ryggsäckar och kompletterade med en stor, lös, vattentät säck. Och ett par hade ytterligare en Duluth-säck till det personliga. En gruppmedlem hade sytt egna säckar med Duluth-sacken som förebild och dessa fungerade mycket bra de också. Det som fungerade sämst var en gammal ramryggsäck, som gick sönder nästan direkt och dessutom var otymplig att lasta. Detta löste sig dock, för när mat-Duluth-säckarna tömdes allteftersom kunde man packa i dem istället om den egna utrustningen inte fungerade. De flesta hade även en liten väska/packpåse för det man behövde ha nära till hands under dagen.

Det mesta av packningen packade vi vattentätt inuti väskorna. Antingen i en större vattentät packsäck med mindre packsäckar i, eller direkt i mindre vattentäta packsäckar eller plastpåsar. De vattentäta packsäckarna vi hade med oss var tillverkade i lite olika material, från tunn syntetväv med plasttäckt insida, till kraftiga plastsäckar. De som fungerade bäst var de kraftiga säckarna, framför allt de av märkena Seal Line och Ortlieb. Flera av de tunnaste säckarna tålde inte mycket slitage och höll inte tätt när de utsattes för tryck då packningen vattensänktes. Även gällande de tunna packsäckarna fann vi att de som tillverkats av Seal Line var bäst. En del av packsäckarna, både kraftiga och tunna, läckte lite i förslutningen. Plastpåsar var inte vattentäta så länge efter att ha packats upp och ner några gånger och gått sönder. Mycket blev således blött när packningen fick bada. Men det var inte värre än att det gick att torka.

En av kamerorna förvarades i en s.k. Pelican-väska, som är både vattentät och stöttålig och fungerade mycket bra. Rekommenderas till värdefull stöt- och vattenkänslig utrustning.

5.1.3 Kläder

På klädesfronten var det viktiga att kläderna skulle hålla för slitage och väta, att de skulle gå bra att torka och att laga. Vi behövde kläder för varma dagar och kläder för kalla dagar. Åtminstone ett ombyte behövdes vid tvätt eller ofrivilliga bad. Och vi behövde även kläder som skyddade oss mot mygg och knott.

Ull, bomull, syntet

För kalla dagar och kläder närmast kroppen är ull ett bra material, eftersom det värmer bra och även då det är blött. Dessutom är ull lättskött och går bra att tvätta i kallt vatten eller bara vädra. Fördelen med bomull är det torkar snabbt och att det är tåligare än ull. Därför lämpar det sig bra för yttre klädlager. Varma dagar är det också skönt med bomull eftersom det är svalare. Bomullen tar i motsats till ullen mycket värme från kroppen när det torkar och det är en lika stor fördel varma dagar som det är en nackdel när det är kallt. Tättvävd bomull, Ventile eller EtaProof, och är ett bra material i anoraker och byxor eftersom det är slittåligt,

vindtätt och regntätt till en viss gräns. Syntet kan vara bra eftersom det är slittåligt och många av oss hade till exempel bomulls/ syntetblandningar (G-1000 och liknande) i byxorna. Nackdelen med syntetmaterial är framför allt att det inte tål att vara för nära elden.

Värme och kyla

De kläder vi hade räckte till när det var som kallast. Långkalsonger, ylletröjor, mössor och vantar var ett måste när hösten närmade sig med kalla morgnar och blåsig väder. Till paddelvantar testade vi lite olika modeller, neoprenhandskar, ulltumvantar med överdragsvantar, arbetshandskar m.m. En del hade även handledsvärmare. Vid eventuella kanotsänkningar kalla dagar kunde vi låna ut kläder till varandra om det behövdes. Mössor hade de flesta mer än en, vilket var tur, då det var en av de saker vi förlorade flera stycken av.

Varma dagar var ett mindre problem. Så länge mygg och knott höll sig borta behövdes inga kläder alls. Huvudbonad och solglasögon (och solkräm) var dock viktiga mot solen. Myggjacka är ett hett tips om det är varmt och myggigt.

Väta

Kläderna var i många fall lika mycket blöta som torra. Under en kanotfärd behöver man titt som tätt gå ur kanoten för att vada, man tar in vatten i forsar och vågor, det regnar, man svalkar sig, man välter i forsar och då och då tvättar man. Oftast är det en fördel att kläderna är lättorkade, men samtidigt vill man ha kläder som håller kvar värmen när det är kallt. Byxor i till exempel bomull – syntet, ren bomull eller tunn ull var bra då de torkar snabbt och strumpor i ull är viktigt för att hålla fötterna varma när de är blöta.

De flesta hade valt regnställ i galon (PU) och det höll bra mot regnet. Sydväst var de som hade också väldigt nöjda med. Den är bra eftersom den ger bättre sikt än en luva. Turligt nog var vi ganska förskonade från regn under färden.

5.1.4 Skodon

Till vadarskor/paddlarskor hade vi olika slags lågskor; tygskor, läderskor, gymnastiskskor och sandaler med täckt tå. Alla klarade påfrestningen, även om vissa var mer slitna än andra efteråt. Tunna tygskor torkar snabbt och släpper igenom vatten, men slits lättare än tjockare skor i läder eller syntet, som i sin tur är mer svårtorkade. En rejäl sula är av vikt och skorna bör också vara täckta framtill, som skydd mot stenar på botten. Inga vadarskor/paddlarskor håller fötterna varma när det är kallt i luften. Snarare stjäl de värmen från en blöt fot. Då är det bättre att ta av skorna i kanoten. Vissa av oss provade även att använda kängorna som vadarskor vilket fungerade bra då de ger bra stabilitet åt fötterna.

Vad som lämpar sig bäst på en kanotfärd som vår, stövlar eller kängor, är en fråga som diskuterats flitigt av såväl oss som andra. I gruppen hade några valt kängor och några stövlar. Två personer tog med sig både och. Vad som kan konstateras är att båda fungerade bra, men att de har olika fördelar. Stövlarna var överlägsna när man ville gå i vatten utan att bli blöt, till exempel vid i- och urlastning, eftersom skaftet är högre och gummit är helt vattentätt, till skillnad från lädret. Blir stövlarna vattenfyllda är de däremot tunga och klumpiga medan kängorna fungerade ganska bra att använda som vadarskor. Det lilla vatten som kommer in stannar kvar och värms upp, vilket var bra kalla dagar. Detta gäller kängor med nederdel i gummi och ofodrat läderskaft (vi hade Lundhags Scout/Ranger och Jörnkängan). En fiffig idé

som testades var att vira en bit cykelslang i nederkanten på regnbyxan kring stöveln (kängan fungerade också men inte riktigt lika bra) för att kunna vada utan att bli blöt i kalla temperaturer. Dock inte lämpligt om det finns risk att byxorna vattenfylls i en fors.

De som hade lägre fodrade Gore-Tex kängor använde dem inte i vattnet alls, eftersom de är olämpliga för det. Kängans fördel är framför allt att den är bra för vandring, men vissa trivs också bra med att vandra i stövlar. Det handlar mycket om vad man är van vid. Vad gäller torkning fungerade det mycket bra med både stövlar och kängor (fodrade Gore-Tex-kängor borträknat). Det allra effektivaste var att låta dem stå med skaftet uppåt i solen så att fukten inuti kunde avdunsta. Någon hade med sig tidningspapper att stoppa i och efter användning torka och återanvända och det tycktes vara en bra idé. Kängorna behövde smörjas in ganska ofta, speciellt när de varit blöta. Annars höll de bra. Gummistövlarna var mer lättskötta, men det hände att de sprack (till exempel i vristvecket) och behövde lagas. Då användes bland annat samma lagningslappar som används till cykelpunktering och gummiklister (LiquiSole), vilket fungerade bra, men behövdes göras om ibland. Vi låter vara osagt vilket som är bäst. Båda kan vara bra alternativ om man anser det värt sin vikt och utrymme. Annars får man låta smaken avgöra. De flesta var i alla fall nöjda.

Ett användningsområde för stövlar och kängor var ju också att fungera som torra lägerskor. Några av oss hade också med sig mockasiner för detta ändamål. Kan varmt rekommenderas. Dock gick de egensydda sönder väldigt snabbt, eftersom lädret var ganska tunt och slitet. Riktiga wrap-mockasiner av tjockt rökt älgskinn fungerade däremot mycket bra. De fanns att köpa på sina ställen på plats i norra Kanada. Dock kostar de en slant.

5.1.5 Sovutrustning

Temperaturen under nätterna växlade mycket från högsommar till höst och de flesta hade en lite varmare 3-säsongsovsäck, vilket fungerade bra. När det var som varmast kunde man ha den som täcke, annars blev det för varmt. Någon hade sommarsäck och en annan hade ett bomullstäck att sova i, men det fungerade också bra, så länge det fanns lite kläder att sätta på sig när det var som kallast. Hälften av oss hade dunsäck och andra hälften syntet eller bomull och det fungerade bra båda två. De sovsäckar som blev blöta gick bra att torka med sol-, vind- och kroppstorkning.

De lättaste sovsäckarna hade yttertyg i tunn syntet och var därför ytterst olämpliga att torka vid elden, vilket kan vara en liten nackdel, om vädret är regnigt.

Alla hade innerlakan till sovsäcken, vilket är skönt, värmer lite extra och skyddar sovsäcken mot smuts och svett och går att tvätta om det behövs. Sovsäcksöverdrag hade några. Det gör också sovsäcken varmare, samtidigt som det skyddar säcken från fukt och glödloppor, vilket var bra i tältkåtan. De som bodde i tältkåtan hade också nytta av egna myggnät efter att myggnätet i toppen på tältkåtan smält bort. Alla hade ett eller två liggunderlag, antingen i cellgummi eller uppblåsbart och alla var nöjda med sina val.

5.1.6 Paddlingsutrustning

Alla hade en eller två egna paddlar. Sammanlagt räckte det till minst en extrapaddel per kanot. Uttersvans, med avsmalnande blad, var skönt till sjöpaddling, medan det till forspaddling passar bättre med en paddel som har bredare blad (bäversvans). Flera av oss hade gjort sina egna paddlar.

Till knädyna användes liggunderlag, ett sittunderlag eller knädynor att sätta in i byxorna. Några hade sytt på kardborreband på flytvästarna och gjort axeldynor att fästa på dem vid kanotbärning. Det fungerade bra då det jämnade ut trycket från kanoten mot axeln en aning.

Varje kanot hade också en svamp och ett öskar. Öskaren gjorde vi av avklippta dunkar, vilka är lätta att få tag på i Kanada, där de används till mjölk, juice och allehanda drycker. Det största och kraftigaste var bäst och räddade oss från en och annan ofrivillig simtur, men även de andra fungerade fint.

5.1.7 Skydd mot mygg och knott

Eftersom vi hört mycket om myggplågan innan färden hade vi sett till att ha med oss myggsäkra kläder. Myggjacka och mygghatt/ huvudnät räddade oss många gånger från



kliande bett och vansinne. Fördelen med myggjackan var att man slapp ha heltäckande klädsel på överkroppen när det var varmt och dessutom gick det att äta inne i den när man riskerade att få en alltför knottberikad måltid. Mygghattarna var av lite varierande kvalité och vissa satt bäst med en annan hatt under. Ett par hade inbyggda myggnät i solhatten. Flera hade också köpt enklare huvudnät, utan ståltråd eller dylikt, och de fungerade väldigt bra och var dessutom smidiga att ha nära till hands. I fickan exempelvis. Nästan alla hade både jacka och hatt och flera hade extra huvudnät också. Det var bra att ha. En annan bra idé är att ha en skjorta med tät knäppning (isytt kardborreband var strålande) eller en tröja/ träningsoverallsjacka med dragkedja. Annars kommer knotten in.

Myggmedel var också en kär vän, även om vi mer och mer övergick till hattar och jackor när flygfäna ökade. Så länge det inte var alltför mycket var det dock skönt att slippa nät. Vi hade olika myggmedel, till exempel Djungelolja, Mygga, Beckolja, Nordic Summer, Muskol, Citronella, Mosiguard m.fl. De som innehöll viss mängd DEET, som är ett mindre skonsamt gift, fungerade kanske mest effektivt (bland annat Muskol, djungelolja). Även Beckolja, som är baserat på tjära, fungerade ganska bra. Varken tjära eller DEET är särskilt nyttigt för huden i längden. Därför hade vi även mer naturliga myggmedel, som Citronella (som doftar starkt citron, vilket myggen inte gillar) och Mosiguard (som tillverkas av olja från citroneukalyptusens blad). Citronella behövdes smörjas in ofta för att fungera men Mosiguard var väldigt bra. Vi hade minst en stor eller flera små förpackningar myggmedel var och det var lagom, med näten som komplement. En utav oss testade för egen del att inte använda något myggmedel vilket för hans del fungerade bra

5.1.8 Laga, vårda, tillverka, tvätta och torka

Kläder och annan utrustning slits och går sönder och därför bör man ha med sig utrustning att laga med. Nål och tråd, Leukoplast, tyg och läder, garn (till strump- och tröjstopppning m.m.), lädersmorning (till kängor, remmar m.m.) och lagningslappar (till syntetmaterial som sovsäckar, packpåsar och uppblåsbara liggunderlag) Ett par av oss hade också investerat i varsin handsymaskin (Speedy Stitcher) som var bra för att sy i läder och tjockare tyger, till exempel väskor och skor. Dessutom hade alla med sig 10 meter paracord (fallskärmslina) för

diverse ändamål, som lagning, tvättlina, tillverkning av liningsrep m.m. Vi kunde nog ha klarat oss med något mindre om vi velat.

Täljknivar hade bara några tagit med eftersom vi kunde låna av varandra. Med dem tillverkades slev, sopp-slev och annat. Vi använde kåda, som vi smälte, till att laga spruckna träkåsor med och det fungerade bra.

Tvättade gjorde vi titt som tätt. Oftast med tvål direkt i vattnet, men någon hade också med sig tvättmedel på påse som hälldes i en vattentät påse tillsammans med uppvärmt vatten. Torka var oftast inget problem. Soliga dagar var kanoterna ofta täckta med kläder som skulle torkas. I lägret torkades det blöta på linor mellan träden eller på tältlinorna när vi var ute på tundran. Vind och sol är effektivt, men allra effektivast var kanske kroppstorkning, som också brukades flitigt, speciellt när det rädde brist på de andra två. Elden i tältkåtan var också till stor hjälp när det var regnigt.

5.2 Köksutrustning

Köksutrustningen kan delas in i tre perioder:

1. Utrustningen vi hade till vecka fem av färden, då nästan all köksutrustning sjönk i en fors.
2. Utrustningen vi höll tillgodo med efter forsolyckan, åtta dagar.
3. Utrustningen vi hade efter kompletteringen på fiskelägret i Dubawnt Lake.

5.2.1 Första perioden

- Duluthsäck med Wanigan
- Såg med extra sågblad
Yxor – 2 st.
- Snöre till trefot
- Trädgårdsspade (för glödhantering)
- Metallpinnar (att lägga över eldstad som grythållare) – 4 st.
- Arbetshandskar
- Grytor – två 5L och en 3L
- Kaffepanna
- Stekpannor + distansring för brödbak – 2 st.
- Osthyvlar – 2 st.
- Vispar – 2 st.
- Tesilar – 2 st.
- Slevar – 2 st.
- Hajkbricka (som skärbräda)
- Stor skev
- Filékniv
- Sekatör
- Groddburk
- Tomma burkar (till förvaring av rester)
- Plasthinkar (till brödbak, matrester och fiskförvaring) – 10L 2 st.
- Vattendunkar – ca 3L 4 st.
- Stålull (att skrubba sot med)

- Diskborste
- Skinnpannband (för att bära ved och annat) – 2 st.
- Slev och soppselev, som tillverkades under färden

All köksutrustning vi medförde rymdes i en Duluthsäck vari vi hade, en trälåda, en Wanigan. Det mest välanvända blev de tre grytorna varav en treliters och de andra två femliters. Även kaffepannan användes flitigt då vi ofta kokade en panna kaffe som hölls på termos att dricka senare under dagen. De två stekpannorna användes mycket till fisk och bröd. Mellan dem kunde en specialbeställd distansring sättas vilket gjorde att de blev som en ugn då man satte ihop dem och lade glöd ovanpå. Där i bakades gott bröd. Vi hade med en cirka 50 cm stor slev som sedan fick konkurrens av täljda redskap längs vägen. En tygpåse inhyste de mindre redskapen som tesilar, vispar och osthyvlar. Våra två hinkar användes friskt när vi bakade rejäla brödsatser eller fick mycket fisk. En speciell burk fick fungera som groddburk åt mungbönor som blev vårt färska inslag bland grönsakerna. Alla hade dessutom minst varsin kniv som användes både i och utanför köket. En filékniv användes för fisk, speciellt öring som smakade bra gravad.

Duluthsacken inhyste även såg, yxa och snöre för tillverkning av trefot och införskaffning av ved. Inför att vi kom ut på tundran tog vi med oss en trefot som var tänkt att användas för resten av färden. En sekator var bra att klippa dvärgbjörk med när vi kom ut på tundran där skogen upphörde. Dvärgbjörken brann förvånansvärt bra. När vi började komma till områden där skogen tunnades ur fylldes en Duluthsäck med näver. Detta för att lättare kunna tända våra eldar som på tundran krävde mer omsorg då skogen inte längre fanns för att ge lå och bränslet var av mer mödosam och varierad karaktär såsom dvärgbjörk, vide och drivved.

5.2.2 Andra perioden

- Duluthsäck (tidigare matsäck)
- Grillgaller
- Kaffeburk – ca 1 L
- Stor slev
- Sekator (för vedinsamling av dvärgbjörken)
- Groddburk (gjord av jordnötssmörsburk)
- Plasthinkar (numera även för havregrynsblötläggning)
- Filékniv
- Yxa
- T-tröja (att skrubba med när maten bränt vid i botten av grytan)



En bit in på tundran förändrades vår köksutrustning drastiskt. I en fors slog vågor in och vatten fyllde en kanot som gjorde att köksgrejerna hamnade på botten. Dessa hade vi sett för sista gången. Vad vi nu hade att koka i var en kaffeburk som rymde ungefär en liter eftersom vi hade naggat ner kanterna tidigare och använt dem till lagningsmaterial i kanoterna. Strax innan förlusten hade vi sett ett gammalt fiskeläger dit vi

gick efter olyckan för att hämta ett galler. Detta använde vi till att bygga en spis där gallret blev en stor platta att ställa grytor på alternativt stenar som användes att baka bröd på. Vi bar också med oss en diskho vi tänkte täta i avloppet för att koka mat i men vi fick det aldrig tätt. Under de dagar som gick innan vi fick tag i mer köksutrustning åt vi mycket bröd, samt fisk och bönor som var effektivt att koka i kaffeburken då de gav förhållandevis mycket näring i förhållande till mängden, jämfört med exempelvis ris. Till frukost blev det ofta en kall gröt som vi spetsade med pålägg. Hinkarna fungerade som serveringskärl. Vi hade nu flera tomma Duluthsäckar så en fick bli samlingsplats för våra nyfunna köksredskap. Med tanke på hur mycket vi förlorade i forsen klarade vi oss bra då mycket mat gick att äta kall, de fina platta stenarna bakade brödet väl och våra fiskar gick fint att grilla på gallret, grava eller glödsteka.

5.2.3 Tredje perioden

- Duluthsäck
- Grytor - en 20 L och en 2 L
- Grillgaller
- Kaffeburk
- Stor slev
- Stekpannor - 2 st.
- Sekatör
- Groddburk
- Plasthinkar
- Filékniv
- Yxa
- T-tröja

När vi efter en vecka börjat vänja oss vid kaffeburken och plasthinken som dagliga inslag i vår matlagning kom vi till ett fiskeläger som vi hade ringt till direkt efter olyckan. Därifrån fick vi med oss ny köksutrustning efter ett fantastiskt dygn med musik och mat. Två grytor och en stekpanna till gjorde att det blev en fröjd att laga mat de sista veckorna. Senare under färden hittade vi även en övergiven stekpanna.

5.3 Boende

5.3.1 Tunneltält och tältkåta

Under färden hade vi med oss två tunneltält och en tältkåta. I varje tunneltält bodde två personer medan fyra personer delade på tältkåtan. Båda boendeformerna fungerade bra, men hade olika fördelar och nackdelar. Fördelen med tältkåtan är att den kunde rymma alla gruppmedlemmar vid regn, mygg och möten, samt att man kan elda i den, vilket utöver att sprida värme också gör att mygg och knott flyger iväg. Nackdelen är att den är mer omständlig att sätta upp och kräver en större yta. Detta gjorde att det ibland var svårt för alla fyra att få en bra sovplats. Dessutom är en tältkåta inte helt myggtät. Tunneltälten är



mindre platskrävande och mygg- och knottfria, men det som talar emot tälten är att man inte kan stå upp, vilket försvårar vid till exempel klädbyte. En eld kan man heller inte ha i tältet, men utöver detta var tälten väldigt bra, framförallt eftersom de klarar av mycket vind.

När det gäller antal personer som sover tillsammans kan det vara positivt att endast vara två. Om man bor fler tillsammans blir risken för att några samtalar under kvällen eller natten större, vilket kan påverka sömntiden. Därför kan vi rekommendera att man, när man är fler än två, ska bestämma gemensamma regler kring sömntider, samtal vid sovplatsen och liknande.

5.4 Kanoter

Då alla i gruppen lärt sig paddla kanot på Sjöviks folkhögskola där det används dukade träkanadensare var det självklart att vi skulle paddla sådana även i Kanada. Eftersom vi skulle vara ute så pass länge ville vi ha kanoter som kunde ta mycket last.



Vi köpte tre stycken 17,5-fots guidekanoter byggda av Morris Elliot som drev företaget Kanaka Creek Canoe Co. Han har dock lagt ner verksamheten och bygger inte kanoter längre. Kanoterna var begagnade men i bra skick och vi gav totalt 5 600 CAD (cirka 37 000 SEK) för dem, inklusive förvaring av dem i Kanada innan färden. Anders har en kanot i Kanada som vi också använde. Det är en lite annorlunda 16-fots prospector. Trots att den bara är 16 fot kunde den ta mycket last då den är väldigt djup. Denna kanot har byggts av Douglas Ingram som driver företaget Red River Canoe and Paddle två mil utanför Winnipeg.

Vi var nöjda med kanoterna och inga allvarigare skador inträffade på dem. Det skulle dock varit bra om vi haft kapell i fören, vilket skulle gjort att vi sluppit mycket av det vatten som vi tog in under vissa forspaddlingar.

5.5 Kartor

Vi valde att ta med både 1:50 000- och 1:250 000-kartor som täckte in hela turen. 1:50 000-kartorna lånade vi på Winnipegs universitet och kopierade upp i två uppsättningar. Då 1:250 000-kartorna var i färg valde vi att köpa dessa kartor. I efterhand har vi konstaterat att eftersom det var svårt att orientera sig på 1:250 000-kartorna när vi paddlade på älv och andra små vatten var dessa kartor onödiga att ha med för just det syftet. Det skulle ha räckt med att ha 1:250 000 kartor över de stora sjöarna då de ger en bra överblick.



5.6 Säkerhetsutrustning

5.6.1 Sjukvård

Frida fick ansvaret för sjukvården. Hon började med att ta kontakt med försvarets utbildare i sjukvård i Falun. Tillsammans med honom diskuterades användbara läkemedel och material. Han hjälpte även till med en första hjälpen-kurs som de flesta i gruppen deltog i. En inventering gjordes av gruppens tidigare sjukvårdserfarenheter, allergier, rädslor och så

vidare. Frida tog kontakt med en läkare som hjälpte till med lämpliga läkemedel och utskrivning av recept.

Detta ingick i sjukvårdsväskan:

Läkemedel:

- Panodil Forte (mot värk)- 100 tbl
- Burana (mot värk)- 100 tbl
- Tramadol STADA (mot svår smärta)- 50 tbl
- Diklofenak Sandoz (mot smärta, muskel)- 100 tbl
- Ciprofloxacin Hexal (antibiotika mot infektioner; svår diarré, urinvägsinfektion, lunginflammation)- 60 tbl
- Loratadin Ratiopharm (allergi, klåda)- 100 tbl
- Betapred (svåra allergiska tillstånd)- 100 tbl
- Loperamid Mylan (akut diarré)- 40 tbl
- Lergigan (illamående, tillfälliga sömnbesvär eller ångest) - 30 tbl
- Microlax (förstoppning)- 12 småtuber
- Lamisil Dermgel (fotsvamp)- 45 g
- Noviform (ögoninflammation)- 5 g
- Jodopax (sårdesinfektion)- 100 ml
- Xylocain (bedövningssalva)- 45 g
- Hydrokortisonkräm (insektsbett, solsveda, eksem)- 100 g

Övrigt :

- | | |
|---|--|
| – Tryckförband - 3 st. | – Försvarets hudsalva - 10 st. à 9 ml |
| – Elastiska bindor (olika kraftiga-Dauerbinda, gasbindor) - 4 st. | – Handsprit - 5 flaskor à 150 ml |
| – Sterila kompresser, olika storlekar - 40 st. | – Febertermometer |
| – Plåster - 5 m | – Klädsax |
| – Kirurgtejp - 4 rullar | – Pincett |
| – Steri –Strip - 12 st. | – Penna |
| – Leukoplast - 1 rulle (alla hade två st personligen) | – Ansiktsmask |
| – Duoderm (skavsår) - 20 ark | – Första hjälpen-bok |
| – Mepitel (silikonnet vid brännskada) - 4 ark | – Säkerhetsnålar |
| | – Solkräm - 3 flaskor, faktor 15, 20, 30 |

Lyckligtvis nog fick vi liten användning av vår sjukvårdsutrustning. Vi hade med mer än tillräckligt av det mesta. Hur mycket vi tog med styrdes en del av läkarens åsikter och storlekarna på förpackningarna. Det kändes ändå bra att hellre ha i överkant än i underkant.

Det vi fick användning av var: Loperamid Mylan för ett svullet ben och ett uppsvullt ansikte på grund av knott och mygg, Diklofenak Sandoz för en överansträngd armlid och en

inflammation i foten, Tramadol STADA i kombination med Panodil Forte och Diklofenak Sandoz för ett överansträngt lårmuskelfäste och Lamsigel för fotvamp. Solkräm, handsprit och försvarets hudsalva var det som användes flitigast. Sparsam användning av plåster, kirurgtejp och duoderm förekom också.

5.6.2 Reparationsutrustning

Reparationsmaterial till kanoter, tältkåta, tält och kläder togs med och kom till mycket bra användning. Den bestod av:

- | | |
|---|--|
| – Silvertejp - 2 rullar | – Ståltråd - 1 rulle |
| – Kraftigt bomullstyg - ca 50 X 50 cm | – Konservburk – 1st. (ca 1,5 liter) |
| – EtaProof – tätvävt bomullstyg - ca 50 X 50 cm | – Sandpapper – 1 rulle (grovkornigt) |
| – Textillim – 1 tub | – Skruvar – flera olika sorter |
| – Vattenfast lim – 1 liten tub | – Skruvmejslar – 2st. (en rak och en stjärn) |
| – Leukoplast – 5cm rulle (1 per person) | – Navare – 1st. |
| – Schellack – 1 liter | – Syl – 1st. |
| – Pensel – 1st. | – Extra tältbåge – 1st. |
| | – Extra stång till tältkåtan – 1 st. |

5.6.3 Satellittelefon

En satellittelefon, att använda vid eventuella allvarliga skador eller olyckor, packades med. Vi bestämde att bara använda den vid absoluta nödfall. Vi hyrde telefonen från IDC

Communications i Winnipeg med månadskontrakt på tre månader för 840 CAD inklusive skatt. Minuttaxan var 2,5 CAD. Telefonen användes för att kontakta ett fiskläger efter förlusten av köksutrustningen och för att boka flygbiljetter från Baker Lake till Winnipeg.

Satellittelefonen hade vid behov kunnat laddas med 12 V solcellsladdaren vi hade med oss för att ladda kamerabatterier.

5.6.4 Kontaktlista

En lista med närståendes telefonnummer sammanställdes. Dels för oss att ha vid eventuella nödsituationer och dels för att våra närstående hemma i Sverige skulle kunna ringa varandra vid oro eller vid lust att sprida information.

5.6.5 Försäkring

Eftersom vi skulle vara ute fler dagar än vad en normal reseförsäkring täcker förlängde vi dem. Var och en pratade också med sina respektive försäkringsbolag om vad som gällde när vi skulle vara ute i en sådan situation som vi var i, och hur vi skulle agera om olyckan var framme. Samtliga försäkringsbolag ombad oss att vid en nödsituation ringa SOS International i Köpenhamn.

5.6.6 Björnsäkerhet

Vi hade med två björnsprayer och ett gevär som självförsvar vid eventuella björnmöten. Dessa fanns lättillgängliga i tälten och tältkåtan under natten, en sak i vardera boendeform. Efter att ha samtalat med människor i Kanada valde boende i vissa tält även att ha en större

pinne i tältet för att kunna jaga ut eventuella björnar med. Vi ställde vår packade mat en bit från eldplatsen och vi bodde själva ytterligare en bit därifrån. Detta för att björnarna inte skulle komma nära oss sovande om de lockades av maten eller matrester. Vi ställde heller inte maten under kanoterna i fall en björn skulle förstöra dem i sin iver att få fram den.

5.7 Borttappad utrustning

Under färdens lopp blev vi av med en hel del saker. De sjönk i forsar, glömdes kvar och tappades. Det kan vara bra att ta med i beräkningen vid en sådan här färd. Här är vad vi blev av med från början till slut:

- | | |
|---|-----------------------------------|
| – Fiskenät – kvarglömt | – Josefs kniv – tappad |
| – Tobias mössa – borttappad | – Josefs paddel – flöt bort |
| – Tobias kompass – borttappad | – Josefs sked – borttappad |
| – Josefs regnrock – kvarglömd | – Tomas knivslida – sjönk |
| – Davids kniv – sjönk | – Tobias kniv – kvarglömd |
| – Davids halva fiskespö – gick av och sjönk | – Almas tvålar – kvarglömda |
| – Tobias fiskespö – sjönk | – 2,5 tvättsvampar – sjönk |
| – Tobias ficklampa – borttappad | – 1 öskar – flöt bort |
| – Josefs packsäck – sjönk | – Josefs fiskespö – sjönk |
| Innehållande Wanigan med: | – Fridas anorak – sjönk |
| 1 hajkbricka, 2 vispar, 2 slevar, 2 | – Josefs vattenflaska – flöt bort |
| osthyvlar, 3 kastruller, 1 kaffepanna, 2 | – Tobias huggkrok – kvarglömd |
| stekpannor, 1 groddburk, 2 tesilar, | – Fridas mössa – sjönk |
| diskborste och stålull, 1 eldlåda till | – Marias mössa – sjönk |
| tältkåtan, flagglina och paracord, 2 | – Marias buff – sjönk |
| pannband, 2 yxor, 1 såg + extra | – Marias axeldyna – flöt bort |
| sågblad, Marias eldpåse, 1 par | – Almas kniv – tappad |
| arbetshandskar, 1 trädgårdsspade | – Almas keps – borttappad |
| – Ett gäng fiskedrag – slets av | |

6. Organisation under färden

6.1 Ledarskap

Vi diskuterade olika tänkbara former av ledarskap men beslutade oss för en ”kompisfärd” där allas röster skulle väga lika tungt, både vid planeringen och under färden. Vid denna lösning är det dock viktigt att diskutera igenom huruvida alla måste vara överrens vid alla beslut, eller om det är majoritetsbeslut som skall gälla. Beroende på frågan man diskuterar kan ibland det ena sättet vara det bästa och ibland det andra.

6.2 Kanotpar

Vi valde att prova att paddla i samma par under hela färden, under förutsättning att det kändes bra för alla. Tanken med det var att få tid att skapa ett ordlöst samspel mellan två individer. Att få tid till att samarbeta och hitta en gemensam teknik och effektivitet. Vi paddlade med en person som inte ingick i samma tätlag. Detta för att få variation i umgänget och att undvika att slita på varandra. Så långt det var möjligt fördelade vi också paddelparen för att få en person av vardera kön i varje kanot. Under färden bytte vi kanotpartner en gång, och det var efter att vi blivit en person och en kanot mindre. Efter detta byte paddlade tre personer i en kanot. Detta fungerade och paddlingen blev effektiv. Dock vill vi inte rekommendera det om man inte måste. Utrymmet i kanoten blev trångt och kanoten blev tungt lastad.

Från början diskuterade vi även om vi skulle rulla runt på paddelpartners. Fördelen med detta skulle vara att man istället för att ha en paddelpartner skulle man ha sju, men nackdelen skulle vara att det skulle ta längre tid att komma in i ett gemensamt tänk.

Vilket sätt man väljer att fördela paddelpar på och vilket sätt som fungerar bäst beror troligen på gruppen, men för oss fungerade att paddla i samma kanotpar under en lång tid bra då man kom in i det gemensamma tänket och ordlösa samspelet som vi ville. Även att lasta kanoten gick snabbare då båda visste hur kanoten skulle lastas för att bli bra trimmad.

6.3 Ved-Mat-Vila

I början av färden var vi, som vi tidigare nämnt, fyra som sov i tunneltält och fyra i tältkåta. Dessa tätlag turades om att på ena dagen laga mat och att på nästa dag samla ved och göra upp eldstad. Efter drygt halva färden, i samband med att vi bytte kanotpar, ändrades denna ordning. Vi blev tre lag à 2-3 personer som turades om att en dag fixa ved/björkris, andra dagen laga mat och tredje dagen vila. Båda systemen fungerade bra och effektivt.

6.4 Möten och konfliktlösning

Olika åsikter och idéer hade vi räknat med att ha och det hade vi också då och då under färden. För att undvika problem och för att åsikter och känslor skulle få utrymme hade vi söndagsmöten. Tanken med dessa var att alla skulle samlas på en plats då vi kunde diskutera både praktiska och sociala aspekter under färden.

Några konflikter var mindre och andra var större. De flesta ovissheter löste vi genom diskussion och genom att reda ut missförstånd.

7. Mat

7.1 Matplanering, lösningar och reflektioner

Vi valde att ha med oss enkel, god och näringsrik mat, varken frystorkat eller konserver. Enda undantagen var pulvermos och pulversås. Först planerades måltider för 10 dagar, samt vilka varor och mängder som behövdes (se bilaga 7 Mat till Kanadafärden). Därefter beräknades total mängd av varje vara (se bilaga 8 Inköpslista mat). Vi vägde och mätte allt otroligt noggrant för att kunna beräkna en optimal mängd. Efteråt kan vi konstatera att vi hade sparat mycket förarbete om vi förenklat matplaneringen genom att grovräkna mer.

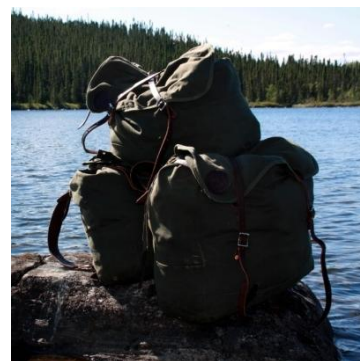
Maten packades i 15 Duluth-säckar för fem dagar vardera (se bilaga 9 Packlista Mat), och varje säck vägde mellan 25 och 35 kg. Maten var densamma i tiodagarsperioder (se bilaga 10 Maträttsinnehåll). Först åt vi av en Säck 1 och sedan av en Säck 2, sedan av en Säck 1 igen och så vidare. Det som var över i en säck efter fem dagar flyttades över till nästa matsäck.

Vi hade även en extrapåse att använda om mat sjunkit, blivit uppätet av djur eller vid andra nödlägen. Kylvaror såsom ost och smör förvarades i hårda plastförpackningar vilka vi hade fördelade i två stycken canvassäckar. För att hålla kylvarorna kalla lades dessa säckar i vattnet all tid som var möjlig. Vi hade med oss två plasthinkar á tio liter för att kunna sätta deg i samt förvara matrester och fisk i. Denna packningsorganisation fungerade väldigt bra. Att ransoneringen var gjord redan i packningsstadiet förhindrade att vi åt upp för mycket mat på för kort tid och vi riskerade inte att stå utan mat innan vi kom fram. Vi hade även med oss en vattenrenare. Vi var medvetna om att vattenkvalitén skulle vara utmärkt i Kanada, men vi skulle paddla på en del ställen där det fanns risk att islossning hade skett nyligen. Islossning kan föra med sig jord och smuts till vattnet, men vi råkade inte ut för detta och vattenrenaren behövde vi aldrig använda.

Grönsaker (morot, lök, spenat, paprika och purjolök) och frukt (äpple och banan) torkade vi i Sverige. Det var en härlig smakhöjare med de torkade varorna. Då man inte får flyga mat till eller via USA fick en person i gruppen flyga direkt till Kanada med dessa varor.

Vi hade med oss både cheddar- och parmesanost. Cheddarosten tog slut efter ett par veckor. Parmesanen var dock möjlig att ha under hela färden då hållbarheten är lång.

Det var dock svårt att få med den mängd fett vi ville. Smöret började härskna efter drygt tre veckor och vi åt upp det på fyra veckor. Därefter hade vi olja, jordnötssmör och en sorts torr kokosgrädde. Kokosgrädden är verkligen att rekommendera, den är god och innehåller mycket fett i relation till vikt och volym.



När smöret tog slut efter fyra veckor hade vi även kommit upp i hög förbränning och blivit starkare, och då var maten inte tillräcklig. Alla var ofta hungriga och dagdrömde om mat. Vi paddlade hårdare och längre dagar än planerat vilket ledde till att vi inte hann fiska tillräckligt mycket och ibland var fisket dåligt. När vi efter sex veckor nådde Tukto Lodge, fiskelägret i Dubawnt Lake, köpte vi mer mat:

- ca 5 kg mjöl,
- 9 kg havregryn,
- en stor bytta margarin, uppskattningsvis 5 kg
- 1,36 kg jordnötssmör varav 360g var portionsförpackat i 200 st. 18g-förpackningar.
- 7 burkar hallonsylt
- 11 chokladbarer och annat godis
- 2 kg russin
- 1 paket pulvriserat äppeljuice

Maten kostade oss 300CAD, vilket vi uppskattar att hela matinnehållet i en vanlig matsäck kostade. Anledningen till att denna mat blev så dyr var att maten flögs ut till fiskelägret.

Men med mer mat och energi kunde vi paddla långa sträckor varje dag vilket var nödvändigt för att vi skulle kunna komma till Baker Lake i tid. Vi åt mer ur extrapåsen ju närmre Baker Lake vi kom. Att vi hade för lite mat var det största problemet. Innan ville vi inte ha med mer på grund av vikten, men att bära några fler kilo fett hade däremot varit riktigt bra. Mer mjöl till bröden och mer potatis- och rotmos hade behövts, framför allt de dagar med lite eller ingen fisk.

7.2 Fiske

Fisket var i stort otroligt bra, speciellt när vi kommit norrut och vattnet blivit kallare. I gruppen hade vi med oss fyra stycken kastspön med flera olika drag och ett fisknät. Alla hade vi olika favoritdrag men de vi fiskade mest med var: stort silvrigt skeddrag, guldrappala, jigg och spinnaren silverpanter. Ofta drog vi ett drag bakom kanoten när vi paddlade, vilket var effektivt. Det är dock viktigt att spöet är ordentligt fastsatt i kanoten, annars kan det följa med ner i djupet när öringen hugger.



Nätet hade vi tänkt använda de dagar fisken inte ville nappa. Tyvärr glömdes nätet efter bara två dagar vilket gjorde att vi inte hann använda det så mycket som vi önskat. Den gången det användes var det dock med resultatet av fem sikar.

Fiskarna som nappade på våra spön var, med något undantag, samma som hemma i Sverige. Fisk på menyn var: Lake trout (typ av öring), Arctic grayling (harr), gädda, sik och en fiskart som inte finns i Sverige men som är besläktad med gösen.

7.3 Jakt

Anledningen till att vi tog med ett gevär var av säkerhetsskäl. Främst för farliga björnmöten som skulle kunna äventyra vår säkerhet, men också för att lättare kunna skaffa mat genom jakt om vi skulle förlora något ur vår medhavda matranson. Vi kom aldrig i en sådan nödsituation men fick ändå användning av geväret för att förstärka den vegetabiliska föda vi hade med oss. Geväret var ett kulvapen av märket Husqvarna med en kaliber på 6,5 mm. För att kunna frakta geväret från Sverige till Kanada införskaffades ett låsbart säkerhetsfodral i hårdplast och en del pappershandlingar behövde också medtagas.

Vid de jaktrundor vi gjorde under sommaren sköt vi bara ripa. Ripa fanns det gott om och de var relativt lättjagade. Ofta förlitade de sig på sin kamouflerande fjäderdräkt och valde därför att inte röra på sig när man närmade sig. Dock valde de ofta att flyga iväg när man kom uppskattningsvis tio meter ifrån dem. Svårigheten var snarare att upptäcka dem. Det sköts ungefär tio ripor under färdens gång och vi tillagade oftast köttet genom att koka det.

Andra djur vi med lätthet hade kunnat jaga var älg och ren. Av flera skäl valde vi att inte skjuta djur av den storleken, bland annat på grund av att vi inte hade någon stor erfarenhet av att ta hand om kött och sedan skulle det ta lång tid att ta hand om det. Det var något vi inte kunde avlägga så mycket tid till med tanke på den paddelsträcka vi skulle lägga bakom oss dagligen och dessutom hade vi mat så vi klarade oss. Vi hade också möjlighet att skjuta kanadagäss och bäver.

8. Djur och flygfän

Färdens djurliv var en kryddning på tillvaron. Några varelser var trevliga nog att bjuda extra mycket på sig, så som bävern som nyfiket simmade mot våra kanoter tills den bara några meter från oss slog med svansen på vattenytan och försvann ned i vattnet. Ripan som tog sina ungar i försvar och från land jagade Maria tillbaka till kanoten. Älgkon som gjorde sitt bästa för att avleda oss när hon lät sin kalv gömma sig i gräset på en liten ö medan hon själv sprang iväg i en annan riktning. Piggsvinet som flydde upp i ett träd intill vår valda lägerplats. Myskoxekalven som sprang rakt mot oss och fick alla att fly mot kanoterna. Vildrenarna som gjorde en älvpassage ett tiotal meter framför oss i kanoterna. Järven som rullade sig på rygg vid stranden. Listan kan göras lång av djurupplevelser.



Under första delen av färden, från Waterfound och till Chipman, såg vi vithövdad havsörn näst intill varje dag och ofta flera. I början tyckte vi att det var väldigt exklusivt men allt efter vad tiden gick blev det mer ”Jaha där har vi dagens örn”. När örnarna fick syn på oss flög de ut över vattnet, där vi befann oss, svävade några varv cirka 100 meter över våra huvuden för att sedan sätta sig i en trädtopp och därifrån iakttä oss ett tag till, medan vi paddlade på och lämnade detta häftiga djur bakom oss.

Något vi hade stor respekt för, framförallt början av färden, var ett eventuellt björnmöte. Vi såg dock bara en svartbjörn på långt avstånd en gång vilken upptäckte oss snabbt och var på väg bort i samma stund som vi förstod att det var en björn vi kikade på.

Det vi inte räknat med att se så mycket av som vi, sedan när vi kom upp på tundran fick se 94 stycken av, var myskoxar, och en dag såg vi hela 40 stycken. Vi upplevde myskoxarna som nyfikna djur som var intresserade av vad vi var för några som kom i vattnet, och de gick att komma nära. Bortsett från myskoxkalven som sprang mot oss var det närmsta vi kom dessa otroliga djur cirka 50 meter.



Färdens djurliv var som sagt en kryddning på tillvaron, om man bortser från närvaron av mygg och knott, men som ändå har varit en upplevelse på sitt vis. När det var som värst svällde lymfkörtlar och ansikten upp av alla insektsbett. Myggen höll sig i vår närvaro under första delen av sommaren och var som värst under första halvan av juli, men ju närmare vi kom tundran och sensommaren desto mer tog knotten över. Morgnarna brukade vara värst då det ofta var vindstilla men när vi kom ut på vattnet så kunde en lätt bris hålla insekterna borta. Vi skyddade oss ofta med nätmössor, myggjackor samt olika typer av insektsmedel.

Djurupplevelserna avslutades med att vi fick se en fjällräv på landningsbanan på Baker Lakes flygplats.

9. Avslutning

De längsta färderna större delen av gruppen varit på innan denna hade varit cirka två veckor långa. Genom att planera och genomföra en nästan tio veckor lång färd har vi fått erfarenheter som varit svåra att skaffa sig på annat sätt. Vi är flera som känner att nu har vi varit med om en färd, från början till slut, som har gett oss en bra planeringsgrund och mycket inspiration till att göra andra liknande färder. Dessutom är vi övertygade om att vem som helst kan planera och genomföra en färd som vår, om man bara avsätter den tid och de resurser som krävs. Framförallt är tiden av stor betydelse, då planeringsstadiet inte ska underskattas. En grupp kan åstadkomma mycket tillsammans, men det är även viktigt att lägga tid och energi på att lära känna varandra som grupp, genom att i ett tidigt stadium prata igenom målsättningen och syftet med färden, så alla får en gemensam grund att förhålla sig till. Sedan har vi även lärt oss att vid stora projekt kan inte alla arbetsinsatser delas exakt lika, då alla har olika kunskaper och förutsättningar. Det kommer alltid uppkomma extra arbete och utgifter som inte kan förutses, vilket man också måste ta i beaktande.

Under vår färd har vi fått vara med om mycket. Utöver att uppleva en storslagen natur så har vi vistats i den som en naturlig del i vardagen. Efter att ha kommit in i paddlingen efter cirka en veckas tid kunde vi konstatera att vi då endast varit ute en tiondel av färden, och efter sju veckors paddling var det avslappnande att sätta sig i kanoten och paddla iväg. Lika naturligt som paddlingen blev också livet kring den. Att leta rätt på en lämplig plats att resa tältet, samla in bra ved – oavsett om det bara var att ta en kort sväng bland träden ett tiotal meter från eldsstaden eller att gå flera hundra meter efter dvärgbjörkris på tundran, och att rensa och tillaga de fiskar vi fångat, var lika naturligt som att ha sin sovsäck som säng en sommar. Vi blev en del utav det vi var i – vildmarken. Det vi varit med om är det i dag få som tar sig tid till, men genom att vi gjort det har vi fått upplevelser och kunskaper som vi kommer att bära med oss hela livet.



BILAGOR



Bilaga 1 – Kontaktuppgifter till gruppen

Namn	Telefon	Mejl
Alma Bågefalk	076 - 236 98 08	alma_bagefalk@hotmail.com
David Engström		david.ae.engstrom@hotmail.com
Maria Ferm	0735 - 694931	maria_ferm@hotmail.com
Tomas Johansson	0703062940	yz123r@hotmail.com
Josef Kjellqvist	0709 - 389715	josefkjellqvist@hotmail.com
Tobias Lundgren	0733 - 722686	tobias_in_space@hotmail.com
Frida Söderlind	076 - 2204760	fridasoda@gmail.com

Bilaga 2 – Mötet 3 – 4 oktober

(Dagordning av Anders)

En idé som bland annat Alma har fört fram är att vi alla väljer någon sak vi vill ta ansvar för, fördelen är då att vi vet vem som gör vad och inom vilka tidsramar och bördan blir lättare om vi alla delar på vad som behöver göras.

Saker vi kommer att diskutera under helgen:

1. Färdas med så lätt packning som bara är möjligt.-----Vad behöver vi med oss för ett gott liv
2. Respekt för Naturen och för dom vi möter längs vägen.-----Lämna goda intryck bakom oss.
3. Vara vaksam på alla faror som under färdens gång lurar i vildmarken.-----Säkerheten kommer först.
4. Solidaritet inom gruppen.-----Ju djupare solidariteten är inom gruppen desto djupare blir mötet med oss själva och Naturen.

De här är de principer vi måste inordna oss i, om vi skall kunna njuta och uppskatta färden. De är baserade på min egen hårt förvärvade erfarenhet, och de är helt säkert vildrens nomadernas urgamla principer. Jag föreslår att vi försöker följa dom så långt det överhuvudtaget går.

- # Tidsram för färden.
- # Rutt
- # Ledarskap
- # Färdens kostnad
- # Kanoter
 - 3 eller 4 kanoter
 - Ediths 3 kanoter
- # Kartor (Tomas och Anders)
- # Första hjälpen
- # Personlig utrustning
 - Stövlar och Kängor
- # Gemensam utrustning
 - Tält och Vindskydd
- # Köksutrustning
- # Meny
- # Köpa, torka och packa mat i Sverige
- # Fiskeutrustning
- # Fiskekort (Tomas och Anders)
- # Vapen
- # Vapen licens
- # Jakt licens

- # Satellit telefon (Tomas och Anders)
- # Flygbiljett till Kanada
- # Transporter inom Kanada (Tomas och Anders)
- # Ordna boende i Kanada (Tomas och Anders)
- # Ev. köpa buss och släp (Tomas och Anders)
- # Ev. renovering av inköpta kanoter (Tomas och Anders)
- # Köpa, packa och packa mat i Kanada (Tomas och Anders)
- # Ev. sy kanotsäckar i Sverige
- # Ev. Köpa kanotsäckar i Kanada (Tomas och Anders)
- # Fördjupningslitteratur
- # Sponsring/Media. Hur vi kommer att förhålla oss till publicitet, sponsring
- # Dokumentation/skapande. Är det någon som har spånat lite kring denna fråga? Tankar, fantasier, idéer, känsla? Vad vill vi dokumentera/skapa? Hur vill vi dokumentera/skapa?

Bilaga 3 – Mötet 28 – 29 november

(Dagordning av Anders)

Först på dagordningen är att vi är 7 deltagare och behöver en 8:e.

- Plan för kommande möten för när alla de olika saker ska vara i ordning. Exempelvis att vi i januari mötet vet ungefär vilka datum alla kommer till och från Kanada så vi kan boka flygbiljetter efter det, februari har vi helt klart för oss vad vi tar med oss dit både vad gäller boende, annan utrustning och mat, mars har vi en budget bestämd för Tomas o Anders att jobba med när de flyger i april och sedan kompletterande och avstämmande möten som är behövliga.

Vi har nästan exakt 6 månader kvar till färden. VEM gör VAD och NÄR skall alla de olika sakerna vara i ordning?

December:

Januari:

Februari:

Mars:

April:

Maj

- Rutten: Rundtur eller till Hudson Bay är den stora frågan? Vi har 3 förslag av varje.
- Datum för resan till Kanada
- Datum när kanot färden börjar
- Datum när kanot färden avslutas
- Datum för resan hem till Sverige.

Ju tidigare vi kommer till Kanada, ju mer ger vi oss själva möjligheten att "komma fram", acklimatisera oss, återhämta oss från tidsomställningen, och kunna sträcka på benen och känna Winnipeg på pulsen. 5 dagar är det absoluta minimum det tar oss att färdas från Winnipeg till att vi lägger i kanoterna i Svart Sjön: 1 dag i Winnipeg för att göra lite inköp, känna på stan, packa, och 2 dygn med bussen norrut och komma fram till Svart Sjön, och 2 dygn i Svart Sjön innan vi börjar färden den 8 Juni.

När kanot färden är avslutad, om det nu blir Svart Sjön, 7 dagar om det blir Hudson Bay, skulle vi kunna räkna med 5 dagars återresa från Svart Sjön tillbaka till Winnipeg. Om en del av oss dröjer kvar i norr behöver de som flyger hem till Sverige tidigare, flyga från Svart Sjön

tillbaka till Winnipeg. Flyget från Svart Sjön tar bara 1 dag, men för att ge oss marginal skulle vi kunna räkna med 5 dagar.

VAD VI FÖRBEREDER I SVERIGE

- Budgetering av färden från nu fram till vi lägger i kanoterna i Svart Sjön. Förberedelserna i Sverige och Kanada
- Kontakten med Dene vid Svart Sjön har börjat komma igång. Vad som kommer ut ur dessa samtal är svårt att säga just nu, men eventuellt kommer en liten grupp Dene med på en del av färden. Det här är en möjlighet som kommer mycket sällan.
- Kanoterna (Hur långt har vi kommit?)
- Stipendier (Frida) Gemensam och enskild, vad gäller.
- Första Hjälpen (Frida)
- Sol panel för laddning av batterier (Alma och Josef)
- Hur vi gör med "extra kostnader" betalar vi alla eller tar den enskilde kostnaden?
- Göra upp en personlig utrustnings lista, saker vi alla behöver ha med oss. Vad saknar vi? Vem tar tag i den saken?
- Göra upp en gemensam utrustnings lista. Vad har vi redan och vad behöver vi skaffa oss? Vem tar tag i den saken?
- Stövlar eller kängor, vilka är fördelarna och nackdelarna?
- Paddlar, har alla en älv och en sjö paddel?
- Tält, tältkåta och Vindskydd, tält. Erfarenheter utifrån veckans kanotfärd. Hur går vi vidare i frågan?
- Meny. Alma och Tobias har kommit fram till ett förslag.
- Vilken mat vi köper och torkar i Sverige?
- Vilken mat vi köper och packar i Kanada?
- Vapen (David)
- Vapen licens (David)
- Jakt licens (David)
- Flygbiljetter till Kanada. Billigast! När vi köper? Ombokningsbar? (Josef)
- Vilken mat vi kan torka i Sverige. Vi har nu en Kanadensisk statlig hemsida för att få reda på vilka vi kan föra in.
- Köpa, packa mat i Sverige
- Sy kanotsäckar i Sverige?
- Kanotsäten, tillverka 2 stycken på Sjövik

FÖRDJUPNING-DOKUMENTATION-KREATIVT-INSPIRATION

- Fördjupningslitteratur hitintills: Helge Ingstad. kanske Erik Munsterhjelm. Grundläggande om Dene folket.
- Dokumentation. Några tankar idéer kring vad vi vill dokumentera? Hur? Varför?
- Filmide. Hur den ser ut just nu. Anders
- Expeditions kursen. Möte med Bosse på söndag.

VAD VI FÖRBEREDER I KANADA

- Ordna boende i Vancouver
- Köpa buss och släp i Vancouver
- Betala Edith den andra och sista delen på kanoterna. 2800Cdn. Total kostnad för kanoterna: 5600Cdn
- Hämta kanoterna hos Edith
- Vi är för tillfället 3 som åker tidigare: Tomas och Anders kommer i mitten av April. David i

början av Maj

- Ordna boende i Winnipeg, och plats för kanoterna
- Måla "Indian" kanoten, ev. duka om och tjära kanoten
- Utrusta kanoterna med liningsrep, ösare, svamp.
- Plocka upp Anders kanot utrustning i Calgary på väg till Winnipeg
- Ev. köpa filmkamera i Calgary
- Transporter inom Kanada
- Köpa och packa mat i Kanada
- Ta fram kartor
- Använda kartorna vi tagit fram för att studera så långt det går var svårigheterna ligger längs rutten, uppskatta varaktigheten. Jag känner inte till någon som paddlat uppför vare sig Dubawnt eller Kazan, vilket gör det svårt att uppskatta hur långt det kommer att ta oss uppför älvarna. Vi kan se hur stor del av älvarna som vi skall uppför utgörs av sjöar.
- Köpa kartfodral
- Fiske kort. Köpa.
- Fiskeutrustning, komplettering, drag etc.
- Jakt licens
- Köpa kanotsäckar i Kanada
- Köpa stål kastruller
- Köpa mygg jacka
- ev. sovsäck
- Ev. alternativa myggmedel, DEET myggmedel
- Satellittelefon. Hyra eller köpa?

TILLÄGGS FRÅGOR

Nästa möte?

Bilaga 4 – Mötet 23 – 24 januari

(Protokoll av Alma. Dagordningen av Anders)

Detta är vad vi diskuterade och kom fram till på januari-mötet den 23- 24 januari på Club Rogers.

BETALA IN 5000/ MEDLEM När betalar vi?

Betalningen skulle varit gjord till detta mötet. De som inte betalt ännu bör göra det snarast! Anders behöver inte betala denna summa, se punkten MIN KANOT.

EXPEDITIONSKURSEN. Hur ligger saker till.

Josef har skrivit ett underlag som vi läste igenom. Vi kollar med Bosse om det är bra. De flesta har tänkt att läsa expeditionkursen. Dock inte Anders och Frida är lite osäker ännu. Datumen för kursen är 8 mars t.o.m. 16 oktober.

STIPENDIER. Frida Har vi sökt gemensamma eller enskilda, vilka har vi sökt? Frida
Ansökan till "Årets Äventyr" ska vara inne i mars. Kan ge ett tillskott i kassan på 4000 till 40 000 kr. Vi är överens om att vi ska söka det. Josefs underlag kan vara utgångspunkt för ansökan.

TÄLT OCH TÄLTKÅTA, eldlåda, hur ligger det till, Maria. Erfarenheter utifrån veckans kanotfärd. Vad blir det? Vem/vilka syr på myggnät på tältkåtan? Maria
Maria har haft kontakt med Tentipi och det verkar som att vi får låna ett 7-mannatält med eldlåda och myggnät och ev. golv. Bra om vi kan få det snart så att vi kan testa det i förväg, t.ex. på ett kommande möte. Maria fortsätter kontakten.

FÄRDENS BUDGET från nu fram till vi lägger i kanoterna i Svart Sjön. Hur mycket behöver vi på kontot Februari-Juni?

Vi betalar in ytterligare 5000 kr till nästa möte. Anders betalar 4000 kr.

FÖRDJUPNINGSLITTERATUR hitintills: Helge Ingstad. kanske Erik Munsterhjelm. Hur går läsningen?

Det läses i ovanstående böcker, samt ett par andra. Kapitlet om Kazan i Svante Lyséns bok "Under frihetens himmel" var ett tips som kom upp, Harry Macfies "Farväl Falcon Lake ett annat.

KOSTANDEN FÖR FOTOUTRUSTNING, BILDER. Jag tycker att alla skall vara med och dela på kostnaden. Mitt argument då jag sa tvärtom, var att vissa kostnader måste vi helt enkelt ta själva, och tog då fram min kanot som exempel. Men här har jag ändrat mig. Alma, Josef

Josef vill låna en mindre summa från alla för att kunna investera i fotoutrustning till färden. Efter färden köper han ut utrustningen. Vi var överens om att det gick bra, men att det är enklare om Josef kan låna hela summan från en person. Blir det svårt ställer vi upp! Alma bedömer att hon kan stå för ev. investeringar själv.

KOSTNADEN FÖR GEVÄRS FODRALET. Vi delar på den kostnaden. David

Vi delar på kostnaden.

KÖPA BÖSSA I KANADA. David, Anders

I första hand ta med från Sverige. Kan vara värt att betala extra för att spara tid i Kanada för

de som reser först. Undersöker saken vidare.

MIN KANOT. Ni får helt enkelt köpa in er i min kanot, eller om jag får en utav kanoterna när färden är över.

Eftersom Anders redan har en kanot, borde han inte behöva betala något för de andra, vilket han ändå har gjort. Vi kom överens om att han "får tillbaka" sina 6000 kr (betalar 4000kr istället för 5000 kr nu och slipper föregående inbetalning). Övriga gruppen betalar en slant för att vi fått använda Anders kanot, efter färden, då vi vet vilket slitage den utsatts för. Om Anders eller någon annan vill köpa ut en av de andra kanoterna går det bra efter färden.

RUTTÖRSLAG. Redovisning av Tobias och Anders

Tobias hade kollat på alternativen Dubawnt eller Kazan till Baker Lake eller rundtur Dubawnt-Kazan och konstaterade att Dubawnt bör vi hinna paddla utan problem, medans de andra alternativen var mer osäkra. Anders har kollat på olika alternativ som inkluderar Thelon i första hand, både rundturer och turer till Baker Lake. Anders har också fortsatt kontakten med deneindianerna i Black Lake, men det har inte lett fram till något direkt förslag ännu. Ett nytt förslag som uppkom var att börja paddlingen längre söderut, där vägen tar slut och paddla Fond du Lac och en annan älv upp till Black Lake, övernatta i Anders väns stuga ett par dagar och sedan fortsätta norrut, ev. tillsammans med dene-gruppen. Detta skulle vara bra ifall väglaget på sista biten till byn Black Lake är för dåligt att köra med bussen och dessutom slipper vi ligga still och vänta på de eventuella isar som kommer hindra vår färd på de stora sjöarna norröver. Beslutet om rutt bordlades till nästa möte.

DENE FOLKET. Färdas tillsammans med ett gäng Dene, lära känna dem lite.

Förhoppningsvis under några veckor. Hur går planerna. Anders

Se föregående punkt.

SPONSRING/MEDIA. Hur går det? Uppdatering, idéer.

David har mailat lite olika tidningar och företag. Vi tyckte att Avesta Tidningen kan vara intressant att samarbeta med, även om det inte ger så mycket ekonomiskt. Vi sa att vi kan höra oss för med olika tidningar i höst och se om de är intresserade då. Från företagen har det varit lite dålig respons. Hittills har det resulterat i 25 % rabatt på Hilleberg. Nya förslag som kom upp var bland annat Hestra, Fjällräven, Ekströms (soppor) och någon rabatt på Duluth Packs. David fortsätter maila runt.

VAD SOM SÄGS I GRUPPEN STANNAR I GRUPPEN. Anders

En ny kategori skapas på forumet under titeln "Personligt". Denna flik har endast gruppen tillgång till.

-----VAD VI FÖRBEREDER I SVERIGE- Alma, Frida, Maria, Tobias, Josef-----

VAD har vi kvar att göra, VEM gör VAD, och NÄR skall alla de olika sakerna vara i klara?

FEBRUARI:

- Menu/Matberäkning. Alma och Maria har kommit fram till ett förslag.

Matplanering med mängdberäkning och en sammanställning delades ut till alla. Till nästa

gång ska alla läsa igenom dessa och fundera på om man vill ändra något, om något är felberäknat eller dylikt.

- Vilken mat vi köper och torkar i Sverige?

Grönsaker och frukt som torkas, samt söta pulversoppor och rotmos, som inte finns att köpa i Kanada. Den torkade maten bör vara klar i april. Vi på skolan hjälps åt med detta. Alma och Maria kollar upp vad vi kan föra över med flyget.

- Vilken mat vi köper och packar i Kanada?

Resten av maten

- Personlig och gemensam utrustningslista/Josef.

Josef har skrivit en lista för respektive och alla får som läxa att läsa igenom dessa till nästa träff, då vi tar upp synpunkter kring detta.

- Sy kanotsäckar i Sverige? Vad blir det av den saken? Josef

Josef har en fungerande maskin och planerar att sy sina egna säckar.

- Gåva till Edith. Tomas har en bra ide om att ge Edith en liten gåva för hennes välvillighet, en bra ide.

Josef har täljt en kanot som vi kan ge Edith.

- Inköp av biljett Sverige-Kanada.

Man bokar tillsammans med de man reser samtidigt som. Man bestämmer i gruppen när man vill boka, men alla är intresserade av att göra det inom kort. Betalningen samordnar man i dessa smågrupper. Viktigt att alla kollar reglerna för vikt och övervikt på sitt flyg. Kolla också så att du har giltigt pass! Det bör räcka till ett tag efter vi planerat att komma hem.

- Billigast.

Det verkar som att det i regel är billigare att resa genom USA. Man bestämmer själv hur man vill resa.

- Ombokningsbar.

Bör man ha till hemvägen.

- Datum för resan till Kanada

Anders och Tomas reser i början eller mitten på april, David i början på maj, Alma, Maria och Tobias slutet på maj typ 27e och Frida och Josef 4 juni.

- Datum när kanot färden börjar

Ca 8 juni

- Datum när kanot färden avslutas

Ca 17 aug

- Datum för resan hem till Sverige.

Josef, David och Frida ca 22 aug, Anders ?, Alma, Tomas, Tobias och Maria ca 25 september.

MARS:

- Budget.

- Sol panel för laddning av batterier (Alma och Josef).

David har en solcellsladdare som vi kanske kan använda om det finns sladdar att köpa till som man kan koppla mellan den och kamerabatteriladdare. Annars får vi köpa en. Kostar ca 1000 kr. Undersöker vidare till nästa möte.

- Kanotsäten, Vem tillverkar 2 stycken på Sjövik?

Tobias har gjort dessa!

Övrigt vi diskuterade:

- Duluth-säckar

Hur många vill alla ha? Beställning tas upp nästa möte. Frida sköter kontakten.

- Kökslåda

Tobias gör en konstruktion, som vi kan ta med på flyget och skruva ihop och montera i köksäcken i Kanada.

- Paddlar

De som inte har kan köpa i Kanada. Vi andra delar på kostnaden att ta med paddlar på flyget.

- Sjukvård

Frida har hittat en bra kontakt som även kan tänka sig att hålla en liten kurs för oss. Vi tyckte att detta vore intressant och att det skulle kunna passa att ha denna i mars. Alla behöver inte delta, men det är roligt om så många som möjligt är med. Alla bör också kolla med sitt försäkringsbolag om vad som gäller om man råkar ut för en olycka på färden. Vad bolaget står för och vart man ska vända sig. Kan också vara en bra idé att göra en hälsokontroll inför, och kanske ett allergitest. Läxa också till alla att fundera på sjukvårdsscenarioer som kan inträffa och nästa möte tar vi en diskussion om detta! Vi kan också berätta för varann vad vi varit med om och om man är särskilt känslig för något eller så.

- Krissituationer/ missöden

Även andra missöden vi kan råka ut för ska alla fundera på till nästa möte. Fysiska missöden, psykiska, ekonomiska, tidsmässiga och situationsmässiga. Hur hanterar vi dem? Vi gör en lista på forumet och diskuterar utifrån den på nästa möte.

-Ledarskap/ beslutsfattande

Vi kom också in i en viktig diskussion om färdens ledarskap, där det visade sig att vi hade lite olika syn på saker och ting. Har allas röst samma tyngd i beslut som fattas och är allt öppet för diskussion? Får man finna sig i de beslut som fattas om man är borta, eller har man fortfarande samma rätt att vara med i besluten? Är besluten skrivna i sten eller kan man ta upp ett beslut för diskussion igen? Är Anders trots allt en informell ledare? Och fanns det saker som var självklara och underförstådda när vi alla bestämde oss att följa med eller var allt helt öppet? Är färden Anders idé eller har alla en egen idé? Ett förslag var att vid lika antal röster i en sakfråga är det Anders vilja som gäller, eftersom ursprungsplanen är hans. Vi bestämde inget dock, men det är en viktig diskussion att ha. Vi får fortsätta den nästa möte.

Ett förslag var också att alla skriver en lista på vad som är underförstådda självklarheter som man inte vill diskutera. Om man har några sådana. Som t.ex. att vi ska paddla träkanoter, att vi inte ska ha kontakt med omvärlden eller vad det nu kan vara.

- Kommande möten

13- 14 februari, hos Maria och Tobias, start kl 9.00

20-21 mars

1-2 maj alt. 8-9 maj

samt en sjukvårdsdag i mars

Bilaga 5 – Mötet 13 – 14 februari

(Protokoll av Frida)

Närvarande: Josef, Maria, Tobias, Alma, Tomas, Frida

Gruppkontrakt(grundläggande föreställning om hur färden ska genomföras): Vi gick en runda och var och en fick berätta på vilka premisser han/hon vill göra färden. Vi briefade mest och sa att slutligt kontrakt som alla är överens om bestäms på nästa möte. Ord som kom upp: *Kommunikation, ödmjukhet, öppenhet, förståelse, respekt, avslappnat tempo, leva enkelt - eld, väldigt helst träkanoter, Denefolket en bonus, allas röster lika mycket värda, färden kommer i första hand, effektivitet, livet hemma måste funka oavsett färd, naturen som klocka, uttalad ledare får diskuteras.*

Konflikthantering: Vi pratade om att ha en ev. ledare och definitionen på ledare. Vi pratade om skolans vägledarmodell som bygger på ledare beroende på situationen. Vi diskuterade om vi skulle lita på att någon går in som ledare när han/hon känner sig kompetent och manad eller om att ha ett rullande schema med en ny ledare varje vecka. Vi spånade och bestämde inget. Vi pratade med Roger Isberg i samband med att han visade bilder från hans två månaders färd och hörde oss för om deras ledarskap. De hade ingen uttalad ledare men en med betydligt mer paddlingserfarenhet. Vi diskuterade även modellen de haft med ett och samma paddlings- och tältpar.

Ev. missöden: Tomas presenterade en rad kategorier över ev. missöden, vi kompletterade. Ekonomi-stölder, haverier, Fysiologi-kroppens skador, Psykologi, Kommunikationsbrist, Tidsbrist, Väder, Meningsskiljaktigheter-mot varann istället för med varann, Yttre förhållanden/Landskapet, Materiellt.

Vi kom på att vi måste sammanställa samtligas försäkringsuppgifter på ett och samma papper så alla har ett under resan

Utrustningslistorna: Vi gick igenom den enskilda och allmänna utrustningslistan och kompletterade med mer grejor. Tillägg Personliga listan: Skofett, myggjacka, innerlakan, sovsäcksöverdrag, Bärdyna mot axlarna, 1-2 paddlar (12 paddlar totalt), skärp/livrem, Leukoplast 5 cm bred- en till kanot och en till fötterna, Termos, Vattenflaska, Tvättnötter/Y3/tvättmedel, eldstål, minst 2 tändsticksaskar à 50 st. Vi strök hajkbricka eftersom det tas med gemensamt. *Josef informerar om att renskinn får inte tas med (flygregler), Frida tipsar om ullunderkläder istället för bomull (drar åt sig smuts och väta). Tomas tipsar om att förstärka axlarna på skjortor och t-shirts pga. att det är ett utsatt ställe med tanke på myggen.*

Tillägg Gemensamma listan: Kartfodral (ett lånas av Andreas Öst, tack!), 2 extra sågblad, 2 kittlar=2 grytor, sololja med olika styrka, filékniv, visp, en hajkbricka, x:tra båge och tältspik till tälten, kanotduk 50*50 *istället för 30*30*, silvertejp, nödljus, 12 m flagglina, sjukvårdsutrustning, solcellsladdare, satellittelefon, markeringsband (eko), 2 pannband, stor och liten plasthink/bytta till degar och rester. Vi röstade om trangiaköken och beslutade att skippa dem. Vi strök arbetshandskar eftersom alla har det personligen.

Flygbiljett: De som flyger via USA måste fixa nån slags uppehållstillstånd. Berörda kollar med ambassaden.

Mat: Spagetti- och couscousmängden ändras till 1,3 kg. Frida forskar i krossgröt som en alternativ fruktost, 1 pastalunch byts mot Tortellini, 0,5 kg socker per 10 dagar ändras till 1kg,

4 L mjölk per 10 dagar ändras till 6 L.

Första hjälpenkurs: Måndag den 22 mars? Frida hör med Hans.

Anders vision av färden: Vi läste och diskuterade. Bestämde att de som känner behov att kommentera på vad Anders skrivit, hör personligen av sig till honom. Diskussion om färdens "kontrakt" får pågå till nästa möte då vi bestämde deadline för grundläggande kontraktspunkter och vi kommer då överens om vad som ska gälla.

Sjukvårdserfarenheter: Frida: Borrelia, getingstick, Alma: vårderfarenheter - omsorg av äldre, inflammation i fötternas slemhäckar, Tomas: lumsbråck-ganska vanligt för killar, överbelastning-inflammation lårmuskeln, överansträngt knä, har erfarenhet av förband och lindningar av stukade fötter, Tobias: skavsår, förfrusen kind, försliten häl, nageltrång, inflammation i trampdynan, Maria: förfrusen fot, fotsvamp, (tvätta ofta, byt strumpor), Josef: hugg i foten- tejp, klyft ett finger- sytt. Vi pratade om axel ur led, lämpligast metod när det sker? Frida har också fixat läkarkontakt som kan skriva ut läkemedel!

Rutt: Josef lägger ut en karta med markeringar för de potentiella turerna här på forumet.

Stipendium: Frida behöver samtligas namn, adress, mejladress, personnummer, bild, telenr, cv (det önskas av alla) för att använda i ansökan av årets äventyr. Hon skriver ett förslag som alla gärna får kommentera! Läggs ut på forumet.

Bilaga 6 – Mötet 20 – 21 mars

(Protokoll av Alma)

Följande diskuterades och beslutades under mötet den 20-21 mars på Sjövik:

* Rutt

Vi tog inget beslut angående vilken rutt vi vill göra utan avvaktar ytterligare lite med detta. Josef presenterade 2 förslag, en tur till Baker Lake, (via Dubawnt River) och en rundtur som mailats ut till alla på kartor innan mötet. Alla var överens om att det blir en bra tur oavsett vilken tur vi gör, någon av dessa eller en annan, men det fanns olika viljor angående vilken vi helst vill göra. *Vi inväntar förslag från Anders.* Vi hoppas kunna besluta om färdrutt så snart som möjligt!

Vi beslutade också att det går bra att köpa alla kartor i stället för att kopiera, för att underlätta.

* Sjukvård

Alma, Frida, Maria, Tomas och Tobias kommer få en *sjukvårdskurs med Hans Stening, måndagen 29 mars 9.00 i Falun*. Vi diskuterade vad vi ska ge honom i utbyte, men kom inte på nåt så alla får i uppgift att fundera på detta.

Frida fortsätter att undersöka och ta hjälp med att komma fram till vad vi ska ta med för sjukvårdsutrustning. Vi bestämde att det ska finnas tillräckligt i den för att man inte ska behöva ta med en egen sjukvårdsväska (om man inte behöver några egna mediciner o.dyl. förstås). Förslag som kom upp på innehåll var Aloe Vera-salva till brännskador och andra hudbesvär) och silicon-/ vaselinväv till brännsår. Vi diskuterade också hur mycket som är rimligt att lägga på sjukvårdsutrustning och kom fram till runt 1000 kr/ person. Alma informerade också om vaccinationer (se forum).

*Ekonomi

Tomas informerade om hur det ser ut på kontot. Vi har ungefär 100 000 kr nu och beslutade att *alla ska betala in ytterligare 5000 kr* innan förtruppen ger sig av den 15 april (för buss, transporter, mat m.m.). Dessutom ska följande betala in:

Anders 4000 kr

Tobias och Maria 5000 kr

Alma, Tobias, Maria och Tomas 8279 för flygbiljetter.

Eftersom Tomas betalar för en dyrare resa, delar vi på prisskillnaden (dras från kontot). Samma sak gäller om prisskillnaden för Anders biljett är i samma storlek (ca 1 500 kr). Utgifter man har gjort från egen plånbok ska noteras under ekonomi-fliken "Utgifter" på forumet. Summan kan sedan dras av i samband med inbetalningar man gör till kontot. När förtruppen behöver mer pengar får de meddela via forumet, så får alla betala in till kontot.

* Tentipin

Vi har fått låna en 7-personerskåta från tentipi, som nu anlänt till Sjövik. Vi fick dessutom låna eldlåda, extra tältspik, extra mittstång, textillim och en bit tyg för reparation. Vi testade att sätta upp tältkåtan. Den var mycket rymlig och verkade bra, med undantag att myggnätet i topp och dörröppning var lite för grovmaskigt. *Maria kollar med tentipi om vi kan åtgärda detta på något sätt.*

* Försäkring

Alla ska maila Frida om tel ner till sitt försäkringsbolag och deras internationella samarbetspartner (t.ex. SOS international), så sammanställer Frida en lista.

** Mat*

Torkning av grönsaker är på gång. Dessutom har följande ändringar gjorts: Bannock-receptet ökat med 3 dl grovt mjöl, jordnötssmöret och saltet ökat. Förslaget om krossgröt nedlagt. Vi bestämde också att vi tar med en groddlåda och lade till Alfa-alfa-frön på listan. Tomas tar med det torkade, eftersom han inte åker via USA. Rotmos och söta soppor tar vi andra med.

** Utrustning*

Vi delade upp all utrustning så att vi vet vem som fixar och tar med vad.

Alma

1 st yxa

1 st yxfil

Josef

1 st yxa

1 st stekpanna

1 st osthyvel

1 st visp

2 st kanotreparationskit i påsar (innehållande vattenfast lim, tygbit 50x50 cm, skruvar, schellack och pensel, sandpapper grövre och finare, ståltråd, navare, syl, skruvmejslar, silvertejp)

1 st kastspö

1 st nödljus (köpa från get-out)

1 st solcellsladdare (köpa från get-out)

1 st vattenrenare (köpa från get-out)

Frida

1 st osthyvel

1 st visp

1 st tygpåse till köksredskap

Stålull, diskborste och diskmedel

Flagglina 10 m

Sjukvårdsutrustning

Sololja med olika styrka

1 st groddlåda

Paddlar med fodral (tillsammans med Josef)

Duluth-säckar (beställs till Kanada)

Maria

Tobias

1st fiskenät

1 st kastspö

Fiskedrag

1 st kartfodral (från Andreas)

Markeringsband

1 st kökslåda (göra)

1 st hajkbricka (göra)

Tomas

1 st Hillebergtält
2 st extra mygghattar
Mat, torkat
Minikanot (till Edit)

David
1 st Hillebergtält
1 st extra tältbåge
1 st kastspö
1 st gevär med tillbehör

Anders
Köpa i Kanada (Tomas, Anders m.fl.)
2 st stålgritor a 5 liter
2 st stålgritor a 3 liter
4 st metallpinnar a 49x1x1 cm
3 st kartfodral
1 st satellittelefon
4 st tvättsvampar (till kanoterna)
Mat
Minibuss
Släp
Kanutställning (bygga)
Kanuter
Packsäckar till mat o.dyl

Sjövik/ köpa el tillverka i Sverige (Alma, Maria, Tobias)
1 st bågsåg + 1 st extra sågblad
1 st stekpanna
1 st trädgårdsspade i metall
1 par tjockare arbetshandskar
1 st filékniv
2 st hinkar med lock till degar, fisk rester m.m.
1 st Tentipi med golv, lagningsgrejer och eldlåda
1 st tarp
4 st kopparrör 5 cm långa, 3 cm i diameter (till forkar)
2 st pannband
Fallskärmslina 8 x 10 m
Rotmos-pulver
Söta pulversoppor

*Alla som ska beställa Duluthsäckar ska meddela Frida antal och färg senast mån 29 mars.
De som tänkt ladda batterier i solcellsladdaren ska själva fixa adapter till dessa!*

* Expeditionskurs
Bosse vill ha in projektplan för expeditionskursen! Alma skriver ett förslag.

*Inresetillstånd USA
De som ska resa via USA måste fylla i ett formulär (ESTA) som finns på Amerikanska ambassadens hemsida!

Bilaga 7 – Mat till Kanadafärden

Ingredienser 1 dag	10-dagarsperiod	7,5 perioder	Vikt
Frukost			
<u>Gröt (8/ 10 dagar)</u>			
Havregryn 10 dl	80 dl	640 dl	25,6 kg
Råggryn 6 dl	48 dl	360 dl	14,4 kg
Salt 1,5 tsk	(7,5ml)60 ml	450 ml	0,57 kg
Mjölkpulver	6 L	45 L	4,32 kg
Kanel	50 g	375 g	0,375 kg
Kokos	800 g		6 kg
Mandel	800 g		6 kg
Äpplen	<i>det vi har</i>		3,56
Russin	800 g		6 kg
Banan	ca 100 st		
Solroskärnor	800 g		6 kg
Socker	1 kg		7 kg
<u>Bannock (1/ 10 dagar)</u>			
Vetemjöl	12 dl	90 dl	5,4 kg
Grovt mjöl	10 dl	75 dl	4,5 kg
Salt	1 tsk	7,5 tsk	0,14 kg
Bakpulver	1,5 msk	11,25 msk	0,2 kg
Olja	1 dl	7,5 dl	0,64 kg
<u>Krabbelurer (1/10 dagar)</u>			
Äggpulver	1,5 dl	11,25 dl	0,45 kg
Socker	4,5 dl	33,75 dl	3,27 kg
Vetemjöl	7,5 dl	56,25 dl	3,38 kg
Grovt mjöl	6 dl	45 dl	3 kg
Bakpulver	2 msk	15 msk	0,2 kg
Mjölkpulver	3 msk	22,5 msk	0,29 kg
Smör till stekning	50 g		0,375 kg
Olja	1 dl		0,64 kg
Pålägg			
Smör	900 g		6,75 kg
Ost (första veckorna)			5 kg
Jordnötssmör	700 g		5,25 kg
Sojamjöl	4 dl	30 dl	1,05 kg
Olja	1,8 dl	13,5 dl	1,45 kg

Lunch

Bröd (5/10 dagar)

Vetemjöl	12 dl	60 dl	450 dl	27 kg
Grovt mjöl	10 dl	50 dl	375 dl	22,5 kg
Salt	1 tsk	5 tsk	37,5 tsk	0,71 kg
Bakpulver	2 msk	10 msk	75 msk	0,9 kg
Jäst	12 g		90 g	0,09 kg
Olja	1 dl	5 dl	37,5 dl	3,19 kg
Krossade linfrön				
0,5 dl	2,5 dl		18,75 dl	1,33 kg

Blåbärsoppa & bröd

Pulversoppa till 3 L	3 L	22,5 L	3,49 kg
----------------------	-----	--------	---------

Nyponsoppa & bröd

Pulversoppa till 3 L	3 L	22,5 L	3,2 kg
----------------------	-----	--------	--------

Fruktsoppa & bröd

Pulversoppa till 3 L	3 L	22,5 L	3,4 kg
----------------------	-----	--------	--------

Fisksoppa & bröd

Purjolök buljong	<i>lagom del av en påse</i>		
---------------------	-----------------------------	--	--

Pulversoppa & bröd

Pulversoppa	till 3 L	3 L	
22,5 L		2,25 kg	

Rotmos & fisk

Pulvermos	515 g (till 25 dl)		3,86 kg
-----------	--------------------	--	---------

spagetti & pulversås 1

Spagetti	1,3 kg		9,75 kg
Pulversås (Fiskbonus)	till ca 1,2 L	9 L	0,6 kg

Tortellini & pulversås 2

Tortellini	1,3 kg		9,75 kg
Pulversås	till ca 1,2 L	9 L	0,6 kg

Pulvermos & sojagrytbitar

Pulvermos	515 g (till 25 dl)		3,86 kg
Sojagrytbitar	400 g	3000 g	3,0 kg

Couscous & fisk

Couscous	1,3 kg		9,75 kg
----------	--------	--	---------

Middag

Fisk & pulvermos

Pulvermos	515 g (till 25 dl)		3,86 kg
-----------	--------------------	--	---------

Fiskgryta & ris

Pulvermjölk till 1 L		7,5 L	0,72 kg
Kokos	50 g	375 g	0,36 kg
Lime	<i>koncentrat</i>		2 pkt
Paprika	<i>lagom del ev. en påse</i>		
Ris	1 kg		7,5 kg

Fisk med mos 2

Pulvermos	515 g (till 25 dl)		3,86 kg
-----------	--------------------	--	---------

Fisk & spagetti

Fisk			
Bearnaisesås till ca 1,2 L		9 L	0,6 kg
Spagetti	1,3 kg		9,75 kg

Svarta bönor & quinoa

Svarta bönor	5 dl	37,5 dl	3,0 kg
Pulversås till ca 1,2 L		9 L	0,6 kg
Quinoa	1 kg		7,5 kg

Kidneybönor & ris

Kidneybönor	5 dl	37,5 dl	2,81 kg
Pulversås till ca 1,2 L		9 L	0,6 kg
Ris	1 kg		7,5 kg

Kikärter & ris

Kikärter	5 dl	37,5 dl	2,78 kg
Lök	<i>lagom del av en påse</i>		
Ris	1 kg		7,5 kg
Pulversås till ca 1,2 L		9 L	0,6 kg

Stekt sojagrytbitar & ris

Sojagrytbitar	400 g	3000 g	3,0 kg
---------------	-------	--------	--------

Lök	<i>lagom del av en påse</i>		
Currysås till ca 1,2 L		9 L	0,6 kg
Ris	1 kg		7,5 kg

Linsgryta & pasta

Linser	0,5 kg		3,75 kg
Pulvertomatsås till ca 1,2 L		9 L	0,6 kg

Lök	<i>lagom del av en påse</i>		
-----	-----------------------------	--	--

Morot	<i>lagom del av en påse</i>	
Spagetti	1,3 kg	9,75 kg

Grönsakssoppa med klomp

Morot	<i>lagom del av en påse</i>	
Paprika	<i>lagom del av en påse</i>	
Purjolök	<i>lagom del av en påse</i>	
spenat	en påse	
Pulvermos	515 g (till 25 dl)	3,86 kg
Mjöl	5 dl	0,3 kg
Mjölk	2,5 dl	1,875 L
Äggpulver	0,5 dl	0,18 kg
Salt	1 tsk	0,15 kg

Efterrätter

(var 5:e dag)

Chokladpudding (2 ggr)

Chokladpuddingpulver	240 g	0,48 kg
Mjölkpulver	1 L	0,19 kg

Chokladbollar (2 ggr)

Havregryn	5dl	10 dl	0,4 kg
-----------	-----	-------	--------

Smör	100 g		0,2 kg
Kakao	3 msk	6 msk	0,037 kg
Socker	1 dl	2 dl	0,19 kg

Äppelpaj med vaniljsås (2 ggr)

Vaniljsåspulver	1 pkt (7 dl)	2 pkt	0,18 kg
Mjölkpulver	till 6 dl	1,2 L	0,12 kg
Torkade äpplen ??			
Havregryn	2 dl	4 dl	0,16 kg
Smör	150 g	300 g	0,3 kg
Socker	0,5 dl	1 dl	0,1 kg
Kanel	2 tsk		

Vetemjöl	1 dl	2 dl	0,12 kg
----------	------	------	---------

Popcorn

Popcornkärnor	250 g	500 g	0,5 kg
Olja	1 dl	2 dl	0,17 kg

Bärpaj med vaniljsås

Vaniljsåspulver	1 pkt (7 dl)	2 pkt	0,18 kg
Mjölkpulver	till 6 dl	1,2 L	0,12 kg
Havregryn	2 dl	4 dl	0,16 kg
Smör	150 g	300 g	0,3 kg

Socker	0,5 dl	1 dl	0, 1 kg
Vetemjöl	1 dl	2 dl	0,12 kg
(Färska bär)			

Kardemummakaka

Kardemumma	1 msk	2 msk	
Bakpulver	1 msk	2 msk	0,024 kg

Vetemjöl	4,5 dl	9 dl	0,54 kg
Mjölkpulver	till 3 dl	6 dl	0,06 kg
Socker	3 dl	6 dl	0,58 kg
Smör	75 g	150 g	0,15 kg

Kladdkaka

Smör	100 g	200 g	0,2 kg
Strösocker	2,5 dl	5 dl	0,5 kg
Äggpulver	0,5 dl	3,75 dl	0,15 kg
Vetemjöl	1,5 dl	3 dl	0,18 kg
Kakao	3 msk	6 msk	0,04 kg

Dryck

Iste (pulver)	till 4 L	30 L	
Kaffe	750 g		5,63 kg
Te	100 g löste + 100 g påste		1,5 kg

Choklad

Kakao	0,9 dl	1,8 dl	13,5 dl	0,55 kg
Socker	1,5 dl	3 dl	22,5 dl	2,16 kg
Mjölkpulver	till 2 L	till 4 L	30 L	2,88 kg

Fika

(1 uppsättning jägarsnus/ 10 dagar)

Jordnötter	1,6 kg	11,25 kg
Choklad	2,4 kg	18 kg
Russin	1,2 kg	9 kg
Tranbär	0,8 kg	6 kg
Mandlar	1,2 kg	9 kg
Hasselnötter	0,8 kg	6 kg

OBS!! jägarsnuset skall packas personvis

Energirik chokladbit (gärna med jordnötter)	24 st (var 3e dag)	180 st	10,8 kg
---	--------------------	--------	---------

Kryddor

Salt		3,6 kg
Svartpeppar		0,2 kg
Vitlök		22 st
Oregano		0,2 kg
Timjan		0,1 kg
Basilika		0,1 kg
Citronpeppar		0,1 kg
Chilipulver		0,1 kg
Curry		0,08 kg
Kummin		0,2 kg
Anis		0,1 kg
Fänkål		0,1 kg
Kardemumma		0,1 kg
Grönsaksbuljong		
Ingefära (obs medicin)		
Muskot		0,05 kg

Övrigt

Extra olja, till stekning	5 L	4, 25 kg
Extra smör, till stekning		5 kg

Bilaga 8 - Inköpslista mat

Alfa-alfagroddar	1 kg
Ingefära (OBS! Medicin)	500 g lr vad som verkar lagom
Vitlök	21 medelstora, ca 700 g
Anis	100 g
Basilika	100 g
Chilipulver	100 g
Citronpeppar	100 g
Curry	80 g
Fänkål	100 g
Grönsaksbuljong	Till 50-60 L
Kanel	375 g
Kardemumma	100 g
Kummin	200 g
Muskot	50 g
Oregano	200 g
Svartpeppar	200 g
Timjan	100 g
Salt	3,6 kg
Bakpulver	1,3 kg
Havregryn	26 kg
Jäst, torr	9 g (7 pkt)
Kakao	700 g
Mjöl, grovt	30 kg
Mjöl, vete	37 kg
Mjölkpulver	Till 100 L
Råggryn	14 kg
Sojamjöl	1 kg
Socker	14 kg
Hasselnötter	6 kg
Jordnötter	11,2 kg
Kokos	6 kg
Solroskärnor	4,5 kg
Linfrön, krossade	1,4 kg
Mandel	15 kg
Popcorn, kärnor	500 g
Russin	15 kg
Tranbär	6 kg
Linser, röda	3,75 kg
Svarta bönor, torkade	3 kg
Kikärtor	3 kg
Kidneybönor	3 kg
Couscous	9,75 kg
Quinoa	7,5 kg
Ris	30 kg
Spagetti	30 kg
Tortellini	9,75 kg
Potatismos, pulver	15, 44 kg Till 750 dl (till 480-600 port)

Svarta bönor-pålägg, pulver	Till pålägg freestajla
Guacamole, pulver	Till pålägg freestajla
Hummus, pulver	Till pålägg freestajla
Matsoppa, pulver	Till 22,5 L
Sojagrytbitar	6 kg
Sås, bearnaise, pulver	Till 9 L
Sås, curry, pulver	Till 9 L
Sås, pulver (olika)	Till 45 L
Sås, tomat, pulver	Till 9 L
Kaffe	5,63 kg
Te	1,5 kg, hälften löste hälften påste
Jordnötssmör	5,25 kg
Olja	12 L
Ost	5 kg
Smör	14 kg
Vaniljsås, pulver	Till ca 3 L (4 pkt)
Chokladpudding, pulver	Till 2 L mjölk, ca 16-20 port
Dryck, iste, frukt, pulver	Till 30 L
Choklad	18 kg
Limekoncentrat	2 pkt
Energirik chokladbit med jordnötter exempelvis snickersliknande dock ej snickers pga att dom dräper barn eller något i den stilen	180 st (ca 10,8 kg)
Inköp Sverige	
Blåbärssoppa, pulver	Till 22,5 L
Fruktsoppa, pulver	Till 22,5 L
Nyponsoppa, pulver	Till 22,5 L
Rotmos, pulver	3,86 kg Till 187,5 dl (till 120- 150 port)

Bilaga 9 – Packlista Mat

Packas i 15 säckar:

7 st säck 1

7 st säck 2

1 st extrasäck

Varje säck innehåller mat för fem dagar. Maten är den samma i tiodagarsperioder. Först äter man av säck 1 och sen av säck 2 o.s.v. Det som är över i säck 1 efter fem dagar överförs till säck 2. Om allt går enligt planerna, kommer vi bara behöva 14 påsar. Det finns en extrasäck, att äta ur om det skulle behövas. I den läggs allt som blir över efter att de andra påsarna är fyllda enligt nedan.

Kryddorna är dumt att dela upp i alla säckar. Därför packas de i två speciella kryddpåsar.

Jägarsnusingredienserna ska inte packas ner i matpåsarna, utan varje person tar hand om sitt eget jägarsnus och hushåller med detta på egen hand. (Se nedan.)

Efterrätterna varierar från säck till säck. Det ska i en efterrätt i varje säck. De som finns är följande: chokladpudding, negerbollar, äppelpaj med vaniljsås, popcorn, bärpaj med vaniljsås, kardemummakaka, kladdkaka. Således skall var efterrätt ätas två gånger under färdens lopp. Det finns två påsar med extra ägg till de gånger det är kladdkaka. Det finns också äpplen packade till pajerna. Vaniljsåspulver ska i (till 1,5 L, 2 ggr), liksom chokladpuddingspulver (till 1 L mjölk, 2 ggr) och popcornkärnor (250 g, 2 ggr). Övrigt, som mjöl, kakao, socker o.s.v. behöver man inte tänka på när man packar. Det är medräknat lite extra överallt, så det löser sig ändå.

De torkade grönsakerna packas ner i säck 1 och överförs sedan till säck två. Den åttonde säcken är lite mindre och skall packas ner i extrasäcken.

Kryddpåsar (2 st)

Alfa alfa groddar	500 g
Ingefära	250 g
Anis	50 g
Basilika	50 g
Chilipulver	50 g
Citronpeppar	50 g
Curry	40 g
Fänkål	50 g
Grönsaksbuljong	till 25 – 30 L
Kardemumma	50 g
Kummin	100 g
Muskot	25 g
Oregano	100 g
Svartpeppar	100 g
Timjan	50 g
Limekoncentrat	1 pkt

Jägarsnus (8 uppsättningar)

Hasselnötter	750 g
Jordnötter	1400 g
Mandel	1100 g
Russin	1100 g
Tranbär	750 g
Choklad	2250 g
Energirik chokladbit	22 st

Innehåll säck 1		Innehåll säck 2	
Vitlökar	2 st	Vitlökar	2 st
Kanel	25 g	Kanel	25 g
Salt	240 g	Salt	240 g
Bakpulver	90 g	Bakpulver	90 g
Havregryn	1,8 kg	Havregryn	1,8 kg
Torrjäst	1 pkt		
Kakao	50 g	Kakao	50 g
Grovt mjöl	2 kg	Grovt mjöl	2 kg
Vetemjöl	2,5 kg	Vetemjöl	2,5 kg
Mjölkpulver	till 7 L	Mjölkpulver	till 7 L
Råggryn	1 kg	Råggryn	1 kg
Sojamjöl	140 g		
Socker	1 kg	Socker	1 kg
Kokos	400 g	Kokos	400 g
Solroskärnor	300 g	Solroskärnor	300 g
Linfrön krossade	100 g	Linfrön krossade	100 g
Mandel	400 g	Mandel	400 g
Russin	400 g	Russin	400 g
Röda linser	500 g		
		Svarta bönor	400 g
Kikärtor	400 g		
		Kidneybönor	400 g
		Couscous	1,3 kg
Ris	2 kg	Quinoa	1 kg
Spagetti	2,6 kg	Ris	2 kg
		Spagetti	1,3 kg
Pulvermos	till 50 dl (32-40 port)	Tortellini	1,3 kg
Matsoppa, pulver	till 3 L	Pulvermos	till 50 dl (32-40 port)
Tomatsås	till 1,2 L	Sojagrytbitar	800 g
Pulversås, olika	till 2,4 L	Bearnaisesås	till 1,2 L
Kaffe	750 g	Currysås	till 1,2 L
Te	100 g		
		Pulversås, olika	till 3,6 L
Olja	0,8 L	Kaffe	750 g
Smör	1 kg	Te	100 g
Dryck, iste,	till 2 L	Jordnötssmör	300 g
fruktdryck	till 3 L	Olja	0,8 L
Blåbärssoppa	till 3 L	Smör	1 kg
Fruktsoppa	till 25 dl (16-20 port)	Dryck, iste,	till 2 L
		fruktdryck	
Rotmos	1 påse		
Äpplen	1 påse	Nyponsoppa	till 3 L
Lök	1 påse		
Morot	1 påse	Äpplen	1 påse
Purjolök	1 påse		
Spenat	1 påse		
Banan			

Bilaga 10 – Maträttsinnehåll

Frukost

Gröt (8/ 10 dagar)

Havregryn	10 dl
Råggryn	6 dl
Salt	1,5 tsk

Bannock

Vetemjöl	12 dl
Grovt mjöl	10 dl
Salt	1 tsk
Bakpulver	1,5 msk
Olja	1 dl

Krabbelurer (1/10 dagar)

Äggpulver	1,5 dl
Socker	4,5 dl
Vetemjöl	7,5 dl
Grovt mjöl	6 dl
Bakpulver	2 msk
Mjölkpulver	3 msk
Smör till stekning	50 g
Olja	1 dl

Lunch

Bröd (5/10 dagar)

Vetemjöl	12 dl
Grovt mjöl	10 dl
Salt	1 tsk
Bakpulver	2 msk
Jäst	12 g
Olja	1 dl
Krossade linfrön	0,5 dl

Blåbärsoppa & bröd

Blåbärsoppa pulver	till 3 L
--------------------	----------

Nyponsoppa & bröd

Nyponsoppa pulver	till 3 L
-------------------	----------

Fruktsoppa & bröd

Fruktsoppa pulver	till 3 L
-------------------	----------

Fisksoppa & bröd

Purjolök
buljong

Pulversoppa & bröd

Pulversoppa	till 3 L
-------------	----------

Rotmos & fisk

Pulvermos

spagetti & pulversås 1

Spagetti	1,3 kg
Pulversås	till ca 1,2
spagetti & pulversås 2	
Spagetti	1,3 kg
Pulversås	till ca 1,2 L

Pulvermos & sojagrytbitar

Pulvermos	
Sojagrytbitar	400 g

Couscous & fisk

Couscous	1,3 kg
----------	--------

Middag

Fisk & pulvermos

Pulvermos

Fiskgryta & ris

Pulvermjölk	till 1 L
Kokos	50 g
Lime	<i>koncentrat</i>
Paprika	
Ris	1 kg

Fisk med mos 2

Pulvermos

Fisk & spagetti

Fisk	
Bearnaisesås	till ca 1,2
Spagetti	1,3 kg

Svarta bönor & quinoa

Svarta bönor	5 dl
Pulversås	till ca 1,2 L
Quinoa	1 kg

Kidneybönor & ris

Kidneybönor	5 dl
Pulversås	till ca 1,2 L
Ris	1 kg

Kikärtor & ris

Kikärtor	5 dl
Lök	
Ris	1 kg
Pulversås	till ca 1,2 L

Stekt sojagrytbitar & ris

Sojagrytbitar	400 g
Lök	
Currysås	till ca 1,2 L
Ris	1 kg

Linsgryta & pasta

Linser	0,5 kg
Pulvertomatsås	till ca 1,2 L
Lök	
Morot	
Spagetti	1,3 kg

Grönsakssoppa med klimp

Morot	
Paprika	
Purjolök	
spenat	
Pulvermos	
Mjöl	5 dl
Mjölk	2,5 dl
Äggpulver	0,5 dl
Salt	1 tsk

Efterrätter

Chokladpudding (2 ggr)

Chokladpuddingpulver	240 g
Mjölkpulver	1 L

Negerbollar (2 ggr)

Havregryn	5dl
Smör	100 g
Kakao	3 msk
Socker	1 dl

Äppelpaj med vaniljsås (2 ggr)

Vaniljsåspulver	1 pkt (7 dl)
Mjölkpulver	till 6 dl
Torkade äpplen	??
Havregryn	2 dl
Smör	150 g
Socker	0,5 dl
Kanel	2 tsk
Vetemjöl	1 dl

Popcorn

Popcornkärnor	250 g
Olja	1 dl

Bärpaj med vaniljsås

Vaniljsåspulver	1 pkt (7 dl)
Mjölkpulver	till 6 dl
Havregryn	2 dl
Smör	150 g
Socker	0,5 dl
Vetemjöl	1 dl
(Färska bär)	

Kardemummakaka

Kardemumma	1 msk
Bakpulver	1 msk
Vetemjöl	4,5 dl
Mjölkpulver	till 3 dl
Socker	3 dl
Smör	75 g

Kladdkaka

Smör	100 g
Strösocker	2,5 dl
Äggpulver	0,5 dl
Vetemjöl	1,5 dl
Kakao	3 msk