

Lista stvari - Bolivija, treking potovanje

Lista stvari, ki jih je priporočljivo vzeti s seboj na potovanje v Bolivijo

Na letalu je prostora za največ 20 kilogramov prtljage na osebo (plus osebna prtljaga).

Čaka nas stabilno vreme, take in drugačne temperature, bolj mraz le na trekingu in na bolivijskem Altiplanu. Tam brez spalne vreče ne bo šlo.

Čaka nas tudi kar nekaj hoje, zato je pametno imeti s seboj še en mali nahrbtnik, saj se bo glavnino stvari pustilo v hotelu v La Pazu (ali pa dalo na mulo, ki nam jo bo v zameno za plačilo nosila med tabori). Vreme v Cordilleri je nepredvidljivo, čeprav v tem letnem času najbolj stabilno. V Cordilleri Real lahko pričakujemo noči pod ničlo, čez dan pa neke okoli 10-20 °C.

Opremo za kampiranje na trekingih in morebitno kolesarjenje si sposodimo na licu mesta.

Zlato pravilo: Spokamo za 3 dni, vmes v civilizaciji peremo, potem pa to nosimo en teden!

V nahrbtniku naj se znajdejo (nekaj od tega dajte tudi nase):

- potni list (veljaven vsaj še 6 mesecev od datuma izstopa iz Bolivije), keš (USD)
- zdravstveno zavarovanje, ki mora veljati tudi za nadmorsko višino nad 3.000 m
- rumena knjižica o cepljenju (cepljenje proti rumeni mrzlici je obvezno)
- res topla spalna vreča, morda ni neumno imeti še kako iz flisa
- napihljiva blazina za v šotor
- mala svetilka za na glavo
- pohodne palice (če si navajen/a z njimi hoditi)
- treking čevlji (uhodi jih preden se odpravimo, da ne bo problemov z žulji)
- lahke superge ali čevlji za preobutev (lahko tudi Teve), japonke za pod tuš
- pohodniške hlače (lahko tudi gore tex), gore tex anorak (lahko dodatno tudi puhovka), termo velur (flis), dolge spodnje gatre ali debele žabe
- 2x puli ali lahek pulover (lahko tudi bombažni)
- 3x bombažna majica z dolgimi rokavi, 5x majčka s kratkimi rokavi
- 2x švic perilo z dolgimi in 2x s kratkimi rokavi
- kapa, šal, rokavice (prvo in drugo boste najbrž kupili kar tam)
- kolesarske hlače (po želji, ni pa nujno)
- nogavice (vsaj 3 pare ojačanih pohodniških in 4-5 parov navadnih bombažnih nogavic)
- spodnje perilo (8x), kopalke (za v terme) in kratke hlače
- sončna očala (po možnosti gorska)
- brisača (popotniška brisača ali dve) in vlažilni robčki
- toaleta: milo, zobna ščetka, zobna pasta, krema za sončenje (visok faktor), krema za suhe ustnice
- medicinski paket (razdelite na dve osebi): 2-3% jodova raztopina za razkuževanje vode na trekih (ali pa tabletki), sprej za razkuževati roke, antibiotiki (ciprobay je najbolj uporaben), aspirin, tablete proti diareji, diamox proti višinski bolezni (mogoče si je bolje pomagati z naravnim diamoxom - kokinimi listi), tabletki proti zaprtju, vitaminski tableti, obliži, povoj, gaza, bivačin, tablete proti slabosti

- knjiga, karte
- še kaj, na kar smo morda pozabili in brez katerega ne moreš živeti

Pusti doma predsodke, slabo voljo, tečne partnerje, uhane, zlate ogrlice, dragocene ure, lepe čevljuje, hlače zlikane na rob in ostale nepomembne reči. Ne pozabi pa na kup dobre volje in jeklene živce!

ShaPPa