

# Checklista för landskapsfotografer 2021

En guide för att få med sig allt man  
behöver, göra inställningar i rätt  
ordning och undvika onödiga fel.

av Theodor Paues



THEODOR PAUES  
NATURFOTOGRAF

## Jag har glömt allt som går att glömma...

Jag gillar listor. Och i min telefon har jag samlat en särskild lista över alla mina "fuck-ups" jag gjort i fotosammanhang – alla viktiga saker som jag glömt och som förstört mina fotoutflykter.

På den listan har jag skrivit ner att jag glömt att ta med batterier, tagit med oladdade batterier, glömt kameran, glömt stativ, glömt vantar, glömt matsäck.

En gång fotograferade jag en hel helg med ISO 6400. En annan gång tog jag jättefina bilder, men alla i lågupplöst JPEG.

Min fru säger att jag är disträ, och det stämmer nog. Men det är faktiskt rätt mycket att ha koll på när man ska fotografera naturen. Förutom att ha med sig rätt grejer, så är det många moment att gå igenom innan bilden väl kan tas.

Det underlättar att i förväg tänka igenom allt som ska göras. Och att ha rutiner så att man gör samma saker, i samma ordning, varje gång man fotograferar. Då blir det till slut som att cykla, hjärnan vet vad som ska ske och man bara trampar på.

Därför ha jag tagit fram de här checklistorna. De är anpassade till mitt sätt att fotografera. Om jag gör de här sakerna, i den här ordningen, så slipper jag de vanligaste felen jag annars gör.

Se min lista som inspiration, inte som facit. Den kan vara en utgångspunkt, både för fokuserade fotografer, och för oss lite mer disträa.

Lycka till!



Theodor Paues Naturfotograf

[www.theodorpaues.se](http://www.theodorpaues.se)

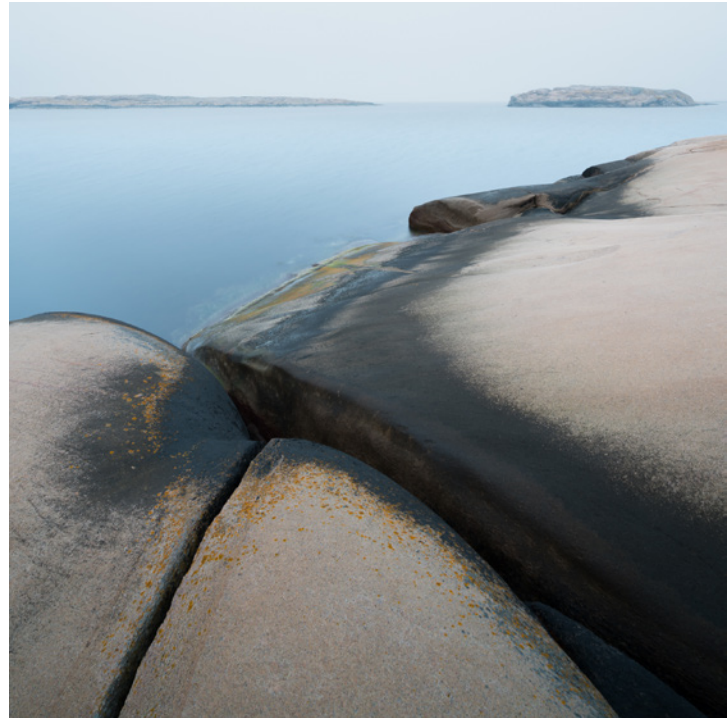


## Allmänna förberedelser

Jag ser alltid till att alla grejer är i ordning i god tid innan jag ger mig ut i fält. Om jag ska ut på morgonen ska allt vara förberett och klart kvällen innan.

Några saker jag alltid gör är:

- **Kolla vädret.** För mig styr vädret allt. Jag föredrar att fotografera när det är helt mulet eller växlande molnighet. Regn är provande rent praktiskt, men för själva bilderna är regn ofta bra på samma sätt som snö eller dimma. Vid klarblå himmel stannar jag oftast hemma. Det finns avancerade vädertjänster för fotografer där man kan se hur ljuset faller på landskapet, tex The Photographers Ephemeris. Självt nöjer jag mig med vanliga väderappar.
- **Bestäm ditt resmål.** Kan låta självklart, men alltför ofta har jag inte bestämt mitt resmål förrän jag sitter i bilen. Gör inte så. Om du i förväg bestämmer dig var du ska åka så kan du istället lägga tankemödan på vilken typ av bilder du ska ta.
- **Tänk igenom parkering.** Om du tar dig till ditt resmål med bil, ta reda på innan var du kan parkera och hur du sedan tar dig till själva fotoplatsen.
- **Lägg batterier på laddning.** Ta med minst ett extra batteri. Jag har ofta med 3-4 extra.
- **Kolla att minneskort funkar och är tomma.** Minst ett extra minneskort.
- **Torka av smuts från objektiv och filter.**
- **Kolla att ingen utrustning är trasig.** Jag går alltid särskilt igenom mitt stativ.
- **Kolla att alla smådelar är med.** Det har hänt jag tagit med mig filter, men glömt filterhållaren hemma.



# Kamerainställningar

För att minimera risken att jag av misstag fotograferar med fel inställningar, går jag alltid igenom inställningarna i kameran innan jag stoppar ner den i ryggsäcken. Nedan de inställningar jag särskilt kollar:

- **Filformat – RAW.** För den ambitiöse naturfotografen är RAW det enda rimliga.
- **Vitbalans – dagsljus.** Går att ändra i efterhand, men dagsljus ger i mitt tycke bäst återgivning av bilden i kameran display.
- **Bländare – f/10.** Här är min optik som skarpast och jag utgår alltid från detta värde. Jag avviker ifrån det endast om jag vill åstadkomma ett annat skärpedjup i bilden.
- **ISO – 100.** Jag ökar bara ISO om det går att fotografera med längre tid, framför allt om det är mörkt och jag vill frysa rörelser.
- **Bildstabilisering – av.** Jag fotograferar alltid med stativ, och om bildstabilisering är på när man har stativ kan stabiliseringsmotorn i sig skapa skakningsoskärpa.



# Packning

Tänk igenom vilken utrustning du behöver. En bra första sak att tänka på är **vilka objektiv** du ska ta med dig. Fundera också noga igenom **vilka kläder** du ska ha på dig och ta med i ryggsäcken, inget är så trist som att frysa i fält.

Jag utgår alltid från listan nedan, och kollar av vilka saker jag behöver för den utflykt jag ska göra. Sen checkar jag av att allt är med. Sen dubbelcheckar jag igen.

För att undvika att någon kommer bort lägger jag alltid varje grej på samma plats i ryggsäcken, och när jag tar ut något ur den sen placerar jag det också alltid på samma plats. Till slut blir det en del av muskelminnet och sakerna håller koll på sig själva.

## Här är min grundlista över utrustning som nästan alltid är med:

- Stativ
- Kamera
- Objektiv
- Extra batterier (laddade)
- Extra minneskort (tomma)
- Polarisationsfilter
- ND-filter
- Filterhållare och ev step-up ringar
- Fjärrutlösare
- Putsdukar mikrofiber
- Pappersnäsdukar (för stänk på linsen)
- Rengöringskit för kameran
- Regnskydd till kamera
- Regnskydd till ryggsäck
- Pannlampa (med fräscha batterier)
- Extra strumpor
- Regnbyxor
- Ett extra värmande lager, fleeejacka
- Mössa
- Vantar
- Telefon
- Plånbok
- Mat
- Varm dryck
- Sittunderlag
- Läsglasögon
- Myggsprej
- Telefon
- Plånbok

# Arbetsflöde för varje exponering

När jag väl är i fält och ska ta en bild har jag ett ganska strikt arbetsflöde. Jag gör mina inställningar i en given ordning inför varje exponering, och går igenom varje tagen bild efteråt på samma sätt. Det gör det både lättare att inte glömma något, och automatiserar processen så att hjärnan kan tänka mer på det kreativa än det tekniska. Jag bryter upp arbetsflödet i moment och gör klart alla val och inställningar kopplade till respektive moment innan jag går vidare till nästa.

Här är mitt arbetsflöde för varje exponering:

## 1. Bildidé

Det första jag gör inför varje bild är att tänka ut en bildidé – vad jag vill säga med bilden, vad den ska berätta. Efter att ha intervjuat många fotografer i min podd "Fotografen och landskapet" vet jag att fotografer tänker väldigt olika här. För egen del utgår jag ofta från **de förutsättningar som finns i landskapet vid fototillfället**, alltså det "material" i naturen som jag har att arbeta med. Det jag framför allt tittar på då är:

- **Ljuset.** Vilken riktning det faller in i, är det direkt eller reflekterat, hur hårt eller diffuserat det är, vilken färgton har ljuset?
- **Bildelementen.** Finns tydliga blickfång, linjer och mönster i landskapet, finns relationer mellan olika objekt, speglingar, separation mellan blickfång och bakgrund?
- **Rörelser.** Finns rörelser i moln, vatten eller blad- och grenverk? Vill jag att dessa rörelser ska vara del av min berättelse eller inte?

## 2. Komponera

När jag har en bildidé försöker jag göra en komposition som understödjer idén. Kompositionen handlar dels om hur bildelementen ska placeras i bildytan, och dels om hur ljuset ska falla på bildelementen. Komponerandet handlar i första hand om att flytta runt kameran på olika sätt men också om ett antal andra val.

För mig är komponerandet en process där jag går runt med kameran i handen och kikar, tänker, provar olika vinklar och till slut sätter upp mitt stativ och gör mina inställningar.

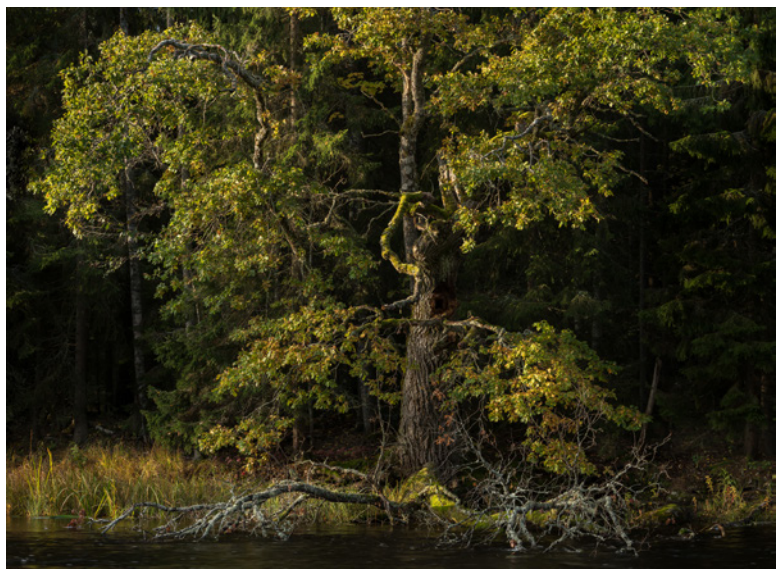
När jag komponerar bilden tänker jag igenom följande parametrar, i den här ordningen:

- **Bildformat.** Jag vill ha en tydlig idé om hur bildytans proportioner

ska se ut redan när bilden tas, och komponera utifrån det valet. Ibland ändrar jag mig när jag kommer hem och beskär bilden. Men jag tar aldrig en bild utan en tanke om dess proportioner. De format jag främst använder är kvadrat, 4:5 och 16:9.

- **Utsnitt.** Här väljer jag vilka bildelement som ska inkluderas i bilden, och var i bildytan de ska placeras. Förutom kreativa idéer i valet av utsnitt tänker jag mycket på hur bildelementen ska separeras från varandra, så bilden inte blir grötig och svårläst. Jag försöker också skapa utsnitt som är rena längs bildytans kanter, så blicken dras in i bilden.

- **Brännvidd och stativets placering i djupled.** När jag tänkt på var i ytan jag vill ha bildelementen funderar jag på hur nära bakgrunden ska upplevas i relation till det som ligger nära i bild. Detta styrs av optikens brännvidd i kombination med avståndet till motivet. Om jag zoomar in och samtidigt rör mig bakåt kan jag hålla förgrunden lika stor, samtidigt som bakgrunden blir större (och upplevs som närmare). Gör jag tvärt om blir istället bakgrunden mindre (och upplevs som mer avlägsen).



- **Stativhöjd och kamerans vinkel.** Justeringar hur högt upp bilden tas påverkar inte minst möjliga vinklar, och bland annat möjligheten att få med eller exkludera himlen ur en bild. Jag vill ofta inte få med himlen och har bland annat därför ett jättehögt stativ (220 cm). Tänk på att kort brännvidd i kombination med vinklad kamera gör att träd och annat i bakgrunden ser ut att "luta".
- **Stativets placering i sidled.** Även mycket små justeringar av stativet i sidled har ofta stor betydelse för bilden, i synnerhet när man fotograferar i skogen. Genom att flytta stativet bara några centimeter åt det ena eller det andra hållet kan man ofta få trädstammar att separeras istället för att överlappa.
- **Polarisationsfilter.** Att använda ett polfilter kanske inte kan sägas ingå i bildens komposition. Men i mitt arbetsflöde är valet att använda polfilter eller inte det sista steget i komponerandet av en bild. Polfilter reducerar reflektioner, till exempel i vattenytor och på fuktiga blad, och ökar färgmättningen. Jag har alltid med polfilter, men använder det ganska sällan.

### 3. Stabilisera

När jag fått till en komposition som jag är nöjd med så dubbelkollar jag att allt är stabilt, så att bilden inte blir oskarp till följd av skakningar. Jag använder normalt **två sekunders fördröjning** på utlösaren för att minska skakningar. Om jag fotograferar vatten där bilden måste tajmas mot till exempel en våg använder jag **fjärrutlösare** istället. När jag fotograferar i skog och träsk använder jag långa **stativspikar** för extra stabilitet.

#### Saker jag kollar är:

- Står stativet på ett tillräckligt stadigt underlag?
- Är vreden på stativhuvudet åtskruvade ordentligt (inte minst panoreringsvredet är lätt att glömma att dra åt).
- Är kameran utsatt för något annat som kan ge upphov till skakning, exempelvis vind eller om man står på en bro som människor går på?

### 4. Fokusera

Nästa steg är att bestämma hur skärpedjupet i bilden ska fördelas. Att fördela skärpedjupet handlar i praktiken om två saker. Dels att sätta fokuspunkten (var i djupled som bilden ska vara allra skarpast), dels om att bestämma hur stort skärpedjupet ska vara (på vilka avstånd framför och bakom fokuspunkten som skärpan övergår i oskärpa) Ofta vill jag ha skärpa genom hela bildytan, eller åtminstone nästan hela.

För att uppnå önskat skärpedjup använde jag inställningar i denna ordning.

- **I första hand, placera fokuspunkten.** Om jag kan det går att uppnå det skärpedjup jag vill ha på bländare f/10 (där min optik är skarpast) räcker det med att bara ställa in fokus i kameran på en punkt där jag vill att det ska vara skarpast. Jag använder som regel manuell fokusering för att sätta fokuspunkten.
- **I andra hand, höj bländarvärdet.** Om det jag vill ha skarpt ligger nära, eller om min komposition bygger på längre brännvidd, så räcker inte alltid skärpedjupet på bländare f/10. Då får jag gå upp på högre bländartal, vilket inte är ett stort problem men sker till priset av lite mindre skärpa från optiken. Jag går dock ogärna högre än f/16, för där börjar optiken leverera sämre bildkvalitet.
- **I tredje hand, minska brännvidden.** Om f/16 inte heller räcker för att få tillräckligt skärpedjup så måste jag välja en kortare bränn-



vidd, antingen genom att zooma ut eller byta objektiv. Det innebär i praktiken att jag måste komponera om bilden, så det är ju något jag helst vill undvika.

- **I fjärde hand, focus stacking.** En sista möjlighet, om skärpedjupet inte räcker, är att ta flera bilder med olika fokuspunkter och sedan sätta ihop dem till en bild i efterbehandlingen, så kallad "focus stacking". Det kan bli bra, särskilt om kompositionen inte är för komplicerad och motivet är stilla, men det är en teknik jag väldigt sällan använder.

## 5. Exponera

När jag ställer in hur bilden ska exponeras har jag två mål. Dels att det ska bli **täckning** i hela bildytan, dvs att ingen del av bilden ska bli helt vit eller helt svart. Dels att bilden ska få den rörelseoskärpa som jag vill uppnå, tex om jag vill frysa blad som rör sig lite i vinden eller om jag vill skapa lite mjölkig oskärpa i passerande moln eller strömmande vatten.

För att uppnå rätt exponering gör jag inställningar i denna ordning:

- **I första hand, anpassa tiden.** Om det inte finns något i motivet som rör sig behöver jag inte bry mig om rörelseoskärpa och kan då styra exponeringen helt med exponeringstiden. Jag ställer då in tiden så att bilden blir så ljus som möjligt, utan att fräta ut i vitt (så kallad "exponering till höger").
- **I andra hand, höj ISO.** Om ljuset är svagt krävs långa tider för att få tillräcklig exponering. Om motivet då rör sig lite (tex lite vind) så blir det oskarpt. Vill jag undvika den oskarpan får jag gå upp i ISO, så jag kan hålla ner tiden med samma samlade exponering. Dagens kameror klarar höga ISO-tal med bibehållen kvalitet, men jag försöker hålla mig under 800 så långt det går. Därefter börjar bilden bli brusig.
- **I tredje hand, sänk bländarvärdet.** Om det krävs högre ISO än 800 för att uppnå tillräcklig exponering så överväger jag att ställa in ett lägre bländartal istället. Lägre bländartal innebär ju också kortare



skärpedjup så här finns en avvägning att göra.

- **Om det är för ljust, använd ND-filter.** Att det är ljust är inte ett problem så länge jag kan använda kort exponeringstid. Men om jag vill ha längre tid för att kunna fånga en rörelse – tex få till mjukhet i strömmande vatten i dagsljus – så använder jag ND-filter (kallas också gråfilter).

## 6. Sista check

När jag är nöjd med kompositionen och alla inställningar kollar jag två sista saker:

- **Finns distraktioner i bilden?** Det är lätt att bli blind för saker när man tittat på samma komposition en lång stund, och missa att det sticker in någon ful pinne i ett hörn, eller att ett ben från stativet syns in nederkant. Jag tittar särskilt på bildens kanter och hörn.
- **Finns smuts, vatten eller imma på linsen?** Den kanske var ren vid förra bilden jag tog men nu kan droppar eller smuts ha hamnat där. Kolla alltid som det allra sista att objektivets lins är ren.



## 7. Sen tar jag bilden!

## 8. Kontrollera

Även med den mest noggranna process kan man glömma saker. Därför har jag som rutin att kontrollera varje bild, direkt efter att den är tagen. Jag öppnar bilden och går igenom följande i displayen på kameran.

- **Histogram** – Rymts hela exponeringen i histogrammet?
- **Fokus/skärpedjup** – Är det skarpt där jag satte fokuspunkten, och är skärpedjupet det önskade?
- **Rörelseoskärpa** – Är mängden rörelse i tex moln, vatten och lövverk det önskade?
- **Skakningsoskärpa** – Har kameran rört sig? (då är ofta hela bilden lite oskarp)

- **Ljusöverstrålning** – Har det blivit "flares" när ljus flödat rankt in i linsen? Då får man ta om bilden och hålla upp tex en keps eller något annat för att ge skugga över linsen.
- **Stänk/smuts** – Kom det stänk efter att jag torkade av?
- **Distractioner** – Har något oönskat rört sig in i bild?
- **ISO, bländare och tid** – Ställde jag in något av detta fel?

## När jag kommer hem

När man kommer hem har man ju de bilder man har så egentligen behöver man kanske inte några särskilda rutiner då, men jag har som regel att alltid göra följande.

- Spola av stativet, torka det i uppfällt läge
- Ladda in bilderna i datorn och göra backup
- Sätt batterier på laddning



# Checklista för landskapsfotografer

Sammanfattning

THEODOR PAUES

NATURFOTOGRAF

---

## Allmänna förberedelser

- Kolla vädret
- Bestäm vart du ska åka
- Lägg batterier på laddning
- Kolla att minneskort funkar och är tomma
- Torka av smuts från objektiv och filter
- Kolla att ingen utrustning är trasig
- Kolla att alla smådelar är med

---

## Kamerainställningar

- Filformat – RAW
- Vitbalans – dagsljus
- Bländare – f/10
- ISO – 100
- Bildstabilisering – av

---

## Packning

- Stativ
- Kamera
- Objektiv
- Extra batterier (laddade)
- Extra minneskort (tomma)
- Polarisationsfilter
- ND-filter
- Filterhållare och ev step-up ringar
- Fjärrutlösare
- Putsdukar mikrofiber
- Pappersnäsdukar (för stänk på linsen)
- Regngöringskit för kameran
- Regnskydd till kamera
- Regnskydd till ryggsäck
- Pannlampa (med fräscha batterier)
- Extra strumpor
- Regnbyxor
- Ett extra värmande lager, fleecejacka
- Mössa
- Vantar
- Telefon
- Plånbok
- Mat
- Varm dryck
- Sittunderlag
- Läsglasögon
- Myggsprej
- Telefon
- Plånbok

---

## Arbetsflöde för varje exponering

### 1. Bildidé

- Ljuset
- Bildelementen
- Rörelser

### 2. Komponera

- Bildformat
- Utsnitt
- Brännvidd och stativets placering i djupled
- Stativhöjd och kamerans vinkel
- Stativets placering i sidled
- Polarisationsfilter

### 3. Stabilisera

- Står stativet på ett stadigt underlag?
- Är vreden på stativhuvudet åtskruvade?
- Är kameran utsatt för skakning?

### 4. Fokusera

- I första hand, placera fokuspunkten
- I andra hand, höj bländarvärdet
- I tredje hand, minska brännvidden
- I fjärde hand, focus stacking.

### 5. Exponera

- I första hand, anpassa tiden
- I andra hand, höj ISO
- I tredje hand, sänk bländarvärdet
- Om det är för ljus, använd ND-filter

### 6. Sista check

- Finns distraktioner i bilden?
- Finns smuts, vatten eller imma på linsen?

### 7. Ta bilden!

### 8. Kontrollera

- Histogram
- Fokus/skärpedjup
- Rörelseoskärpa
- Skakningsoskärpa
- Ljusöverstrålning
- Stänk/smuts
- Distraktioner
- ISO, bländare och tid

---

## När du kommer hem

- Spola av stativet, torka det i uppfällt läge
- Ladda in bilderna i datorn och göra backup

THEODOR PAUES  
NATURFOTOGRAF

# Träskets Gåta

KOMMANDE  
FOTOBOK OCH  
UTSTÄLLNING

Sedan förra sommaren har jag återvänt igen och igen, till samma träsk söder om Stockholm.

Jag har vadat ut i det mörka vattnet. In bland de knotiga träden och de våta buskarna, täckta av lavar. Jag har sett dimman lättas därinne, och känt av lukten av växtligheten som förmultnar. Ställt upp mitt stativ i träskets lera på hösten, och på dess is på vintern. Fotografierat träsket i varje väderlek, ur varje vinkel.

Med kameran som vägvisare fortsätter jag att komma tillbaka. Det finns någonting därinne. Bland de spretiga buskarna, och den svarta dyn. Träskets Gåta. En inre resa, på en liten plats.

”Träskets gåta” är en fotobok med intima landskapsbilder, tagna under ett år. Boken kommer hösten 2021, tillsammans med en utställning. Arbetet med bilderna är pågående.

**Träskets Gåta kommer hösten 2021**

Följ min resa