



Ønskeliste for varme og glade barn

som vil trives ute i barnehagen og på tur:

Tørre, varme, bevegelige barn = glade barn☺

Ull, ull, og atter ull.

- Vi anbefaler på det aller varmeste☺ at barna bruker ull innerst
- Bruk heller flere tynne lag, enn et tykt (Et av lagene kan gjerne være en vest).
- Bruk heller stillongs / sokker enn strømpebukse.
- Ullvotter holder fingrene varme

<i>Ull er det eneste materiale som fortsatt gir varme og føles tørt, selv om det blir noe fuktig. Ull "puster", i motsetning til syntetiske fibre.</i>	<i>Bomull trekker lett til seg mye fuktighet, og blir kaldt Så fort barnet setter seg ned, enten for å leke rolig, eller spise, blir han/hun fort kalde☹</i>
Ull trøye (kort erme, el uten)	
Ull stillongs	
Ull sokker - tynne	
Ull sokker - tykke (til kalde dager, og som skift) Ullsokker gir også varme, selv om barnet blir litt fuktig på føttene.	
Tynn ullgenser (langermet)	
Ullgenser	Fleece jakke/genser kan erstatte denne, men gir ikke samme varme-effekten. NB!! Hettegensere egner seg IKKE på tur, da hetta ALLTID sklir utenpå jakka, OG er den av bomull trekker den fuktigheten nedover ryggen på barnet. (Dessuten kan hetta bli hengende igjen når barna klatrer)
Ullbukse NB! Hel ulldress innerst er godt og varmt, men svært upraktisk når vi er ute hele dagen (turdag) og skal besøke dobesøk og bleieskift i mange kuldegrader under åpen himmel i all slags vær!	Kan på milde dager erstattes av fleece. Olabukse (lite fleksibel under lek) og joggebukser i bomull MÅ av. De trekker lett til seg fuktighet. ☹
Dress eller bukse/jakke som er vannavstøtende og vindtett	Viktig med strikk i buksebena som holder snøen ute! = tørre sko☺
ULLVOTTER –tynne er å anbefaler, gjerne med en tynn vind/vannavstøtende vott utenpå. Votter gir rom for alle fingrene sammen, slik at de kan hjelpe hverandre å holde varmen.	Skihansker er oftest syntetisk materiale, med noe innsalg av bomull. De trekker raskt til seg fuktighet, som fryser OG hansken blir stiv = frosne hender☹ La skihanskene være hjemme!!!!
HALS, pass på at det ikke blir "glippe" i halsen.	Skjerf er dårlig egnet. Det sklir lett utenfor jakka/dressen, trekker til seg snø og fuktighet. (hva med faren for å henge seg fast?)
En god, varm lue, som ikke faller ned i øynene☺	
SKOTØY. Det finnes en del å velge i, som både puster, støtter og er vannavstøtende.	

- I regnvær, eller sludd (sørpeføre) er det en selvfølge med regntøy og egnet fottøy.
- Tursekken, bør være god å bære og ha bryst -og magestropp.
 - Pass på å tilpasse bærestroppene i fht hva slags tøy barnet har på.

Øv på av og påkledning hjemme, både av klær og sekk (inkl "klikkingen"/lukking av bryst- og magestropp).

- Til skistøvler anbefales gamasjer, for å holde snøen ute.

Noe du lurer på? - Spør gjerne de voksne i barnehagen

