

KLÆR OG UTSTYR

Under følger en liste med tips om hva slags type klær barna bør ha i barnehagen for å holde seg varme og tørre. Tørre og varme barn = glade barn.

Innerste lag:

Vi anbefaler ullstillongs, ulltrøye og ullsokker. Ull holder barna varme selv om de blir litt fuktige i løpet av dagen.



Dette kan de gjerne ha på seg når de kommer om morgenen. Spesielt de dagene som det er tur dag.

Mellomlag:

Fleecebukse/genser/dress eller ullgenser og ullbukse. Dette bør ligge i barnehagen til enhver tid. Fint om det ligger fremme i barnets hylle. Barna er flinke til å finne frem det de skal kle på seg når det ligger synlig.



Ytterlag:

Vindtett og vanntett yttertøy. Dette kan være parkdress og regndress eller en dress som både er vanntett og vindtett. Vi anbefaler at barna både har regntøy og parkdress tilgjengelig i barnehagen.



Dressen bør ha **strikk under foten**. Da sklir ikke dressen over støvelkanten, og barna blir ikke så lett våte.

Regntøy og dresser henges i grovgarderoben. Henger dressen/regntøyet på utsiden må dere vurdere om den må hjem å tørke eller om dere kan henge den inn. Tar dere den med hjem, husk å ta den med tilbake neste dag.

Hode, hender og føtter (frysepunkter):

Lue, pannebånd, vanter, votter, noe som varmer i halsen (anbefaler løs hals) og ullsokker.



Anbefaler vanter og uforede regnvotter utenpå. Polvotter når det blir frost (bør være lange til å dra over dressen) Vottene MÅ hjem å vaskes innimellom.

Visste du at ...

... mer enn 50 prosent av varmetapet fra kroppen forsvinner ut gjennom hodet? Det er derfor spesielt viktig å beskytte barnas hoder mot kulden. Ellers skjer det største varmetapet fra hals, hender og håndledd, føtter og ankler og skrittet.

Fottøy:

Cherrox eller annen type forede støvler. Vanlige gummistøvler blir fort kalde når gradene kryper ned mot null. Vær obs på støvelens kuldegrense – dette varierer.

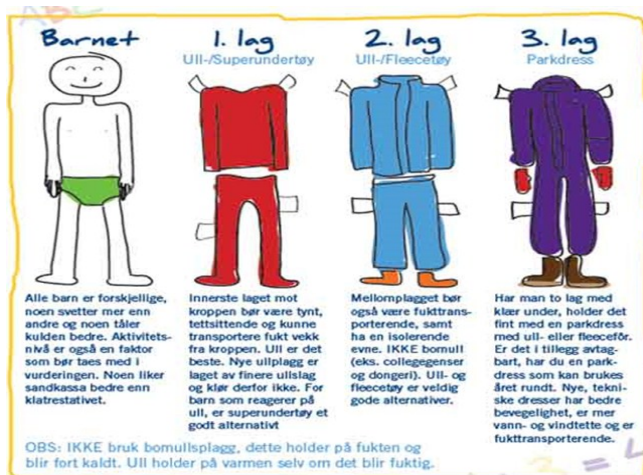


Forede vintersko når det blir frost.

Det finnes mange typer vintersko som er vanntette. Billig er ofte like bra som de dyre.

”Foreldre og barn” har gjennomført tester av både sko og yttertøy.

Yttersko plasseres i grovgarderoben sammen med yttertøy, støvler henges opp på støvleknagene..



Skift til hylla:

De gangene ungene blir våte og trenger å skifte er det veldig bra at de har klær å skifte til i hylla.



Hylla bør inneholde:

3 truser

3 par sokker (gjerne tynne ullsokker)

2 stk stillongs/strømpebukse

2 ull trøye /trøyer/t-skjorter

1 bukse

1 genser



Dersom barnet har brukt av skift i hylla - husk å ta med nytt skift å fylle på med 😊

Vi anbefaler at dere tar alt med hjem på fredagen for å få en oversikt over hva barnet deres trenger å ha med til neste uke. Store poser er supre til å pakke klare med klær som skal til og fra barnehagen 😊

Både barn og voksne har det topp ute i all salgs vær så lenge man er tørr og varm!
Det finnes ikke dårlig vær - bare dårlige klær.

Håper dere ikke er skremt av denne lange lista - vi ønsker bare at barna skal ha det best mulig når vi er ute 😊

Hvorfor ull til undertøy?

Ullundertøy er viktig for helsen og bør brukes hele året

*“Jevn temperatur hindrer bronkitt,
lungebetendelse og almindelige forkjølelser”*

**Overlege Ole Berntsen i det danske legebladet
Helse**

Det danske forbrukerrådet og det danske legebladet "Helse" har konkludert med at ullundertøy kan forebygge forkjølelse, øreverk, luftveisinfeksjon og blærebetennelse.

Når trenger vi ullundertøy?

Ull og bomull er begge naturfibre. Ull isolerer like godt når det blir fuktig, mens bomull bruker av kroppens varme for å tørke. Ullundertøy kan brukes hele året (i varme strøk brukes ullklær mot varme), men spesielt når vi utsettes for kulde, fuktighet eller temperatursvingninger, f. eks i sport. .

Undertøy til småbarn

Ullundertøy er ekstra viktig for småbarn. De sikler, svetter, er stadig utsatt for temperatursvingninger, tas opp av en varm seng og trilles ut og inn. En bomullstrøye i kontakt med bleien kan trekke væte helt opp til halsen, og virker som et kaldt omslag. Større barn blir også lett fuktige, de er aktive for så å sitte stille, har gjerne tett regntøy, hopper i søledammer eller sitter i snøen. Barn kler ikke av eller på seg når de fryser eller blir varme slik voksne gjør. Ulltøy er sjelden på utstyrlister for baby, men har du erfart forskjellen mellom et varm og tørt barn i ull og et klat barn i bomull er du ikke i tvil.