

KLÆR OG UTSTYR

Barn tilbringer mye tid i barnehagen, og i barnehagen er vi ute i all slags vær. Da er det viktig med gode klær.

Under følger en liste med tips om hva slags type klær barna bør ha i barnehagen for å holde seg varme og tørre (spesielt med tanke på at vi er såpass mye ute som vi er). Tørre og varme barn = glade barn!

Innerste lag:

Vi anbefaler ullstilongs, ulltrøye og ullsokker (type ulvangsokker). Ull holder barna varme selv om de blir litt fuktige i løpet av dagen. (Bomull er iskaldt hvis det blir rått... - se vedlegg om ullklær)



Dette kan de gjerne ha på seg når de kommer om morgenen.

(Ull kan man dessuten bruke lenger før det må vaskes. Fint i forhold til å redusere klesvask☺)

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 dress. 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 den ytterste garderoben.

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. Dersom dere får tak i pulsvanter er dette å anbefale når vi er på tur, da de er fine når vi skal spise. Har barna regnvotter utenpå slipper de å bli klinete på hendene før vi skal spise ute☺. Polvotter når det blir frost (bør være lange til å dra over dressen)

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 en test av fottøy i siste nummer.

Yttersko som barna skal ha på i utetiden plasseres på støvelvognen så langt det er plass. Er det fullt plasseres de på hylla på veggen. Vi ber om at det ikke plasseres fottøy på gulvet da det er i veien for Eva som vasker. Takk☺

Skift i skuffen:

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

Skuffen bør inneholde:

3 truser

3 par sokker (gjerne tynne ullsokker)

2 stk stillongs/strømpebukse

1 bukse

1 genser

2 trøyer/t-skjorter



Dersom barnet har brukt av skift i skuffen - husk å ta med nytt skift å fylle på med ☺

Ellers minner vi om at ungene skal ha med **sekk og sitteunderlag** på tur. Husk å gjøre klar sekken når dere lever om morgenen slik at den ikke er full av ekstratøy. Det letter jobben for oss☺

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☺

Hilsen Anne Lise og resten av personalet☺

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 utstyrslistene for baby, men har du erfart forskjellen mellom et varmt og tørt barn i ull og et klamt barn i bomull er du ikke i tvil.