

# Udstyrsguide

Vi har flere års erfaringer i godt udstyr til børns færden ude. Vi vil hjælpe Jer med at skaffe det udstyr, som opfylder børns behov. Når de er ude i al slags vejr skal de kunne bevæge sig frit, ikke fryse eller have det for varmt.

## Vinter

### FODTØJ

Fødderne skal have det godt.

Vinterstøvler skal sidde tæt til foden. De skal være vandtætte, så de kan klare sne, regn og mudret terræn. Glatte, løstsiddende støvler gør ben og fødder trætte og usikre.

Gummistøvler og termostøvler slutter ikke tæt om foden og er trættende for fødderne at gå i en hel dag.

### SOKKER/STRØMPER

Uld er langt det bedste om vinteren. Det er godt, at have en tynd strømpe under uldsokken.

### UNDERTØJ

Når vinterfrosten sætter ind, er det en god idé at give barnet langt uldent undertøj på. Det lette uldne undertøj holder på varmen, når det er koldt.

### MELLEMLAG

Mellemlag om vinteren kan være almindeligt tøj – uld er det allerbedste materiale, når man vil holde sit barn varmt og tørt (fleecetrøjer kan også bruges).

### ULDENS KVALITET

Uld har høj varmeværdi, også selvom det bliver vådt, er det stadigvæk varmt.

## OVERTØJ

I vintertiden er det nødvendigt med en flyverdragt af god kvalitet, da børnene er ude hele dagen i al slags vejr. Heldragten skal være vandtæt. Den skal give beskyttelse mod vejret, samtidigt med at den skal give bevægelsesfrihed. Der skal være hætte på. Hætten kan være den der gør, at vi kan holde varmen på de blæsende dage.

Det er vigtigt, at flyverdragten slutter tæt til ved håndled og ankler, og at der er elastik under foden. En elastik der kan justeres er god, da en for stor elastik glider op, så vand eller sne kan trænge ind i støvlen ovenfra. Ligeledes skal dragten slutte til ved halsudskæringen. Bliver den for klodset eller stram, kan den ikke lynes ordentligt op, når trøjen nedenunder er der. Den kommer til at stå åben i halsudskæringen, så sne kan komme ind.

## KØB AF FLYVERDRAGT

Se efter at elastik ved foden slutter til, og gør at buksebenet ikke glider op. Halskraveudskæring skal være behagelig at have på, selv om dragten er lynet op, da den ellers kommer til at stå åben. Husk at der skal være plads til en god trøje.

Vandsøjletryk skal op på 10.000, hvis den skal være ordentlig vandtæt.

Smidig materiale der giver bevægelighed.

Vi kan anbefale mærkerne Reimatex og Troid. Men der kommer hele tiden nye mærker til. Vær opmærksom på, at der findes forskellige kvaliteter indenfor samme mærke.

## HUER OG VANTER

Vanter skal være vandtætte så fingrene ikke bliver våde og dermed kolde. De skal også være langskaftet, så de kan komme op over ærmerne på flyverdragten. Vanterne kommer af og på mange gange i løbet af en aktiv dag, derfor er det ikke praktisk med fingerhandsker, som børnene ikke selv kan få på. Vanter bliver meget nemt væk – det kan være en fordel at have reservevanter med i rygsækken.

Huen skal slutte tæt og være behagelig og varm. En elefanthue, der går ned om halsen, er den bedste.

## **Forår og efterår**

### FODTØJ

Det er godt med vandtætte vinterstøvler eller evt. gummistøvler på regnvejrsdage. På andre dage er vandre/kondisko (uden snørre) bedst.

### OVERTØJ

Termotøj er rigtig godt, når det bliver for varmt med flyverdragten. En flyverdragt uden fór er også god.

### MELLEMLAG

Mellemlag kan være en varm trøje, uld eller fleece, bukser uden smæk, T-shirt eller sweatshirt.

### REGNTØJ

Forår, efterår og sommer er der brug for regntøj. Regntøjet skal kunne holde vandet ude, ikke være for småt og let at tage på. Regntøj skal være uden selebukser. Seler besværlig gør det når børnene skal tisse. Regnjakken er så nød til at komme af for at få bukserne af. I det hele taget egner selebukser sig ikke til børnehaveliv.

## **Sommer**

### FODTØJ

En god pasform gælder også for sommerfodtøj, som er vandre/kondisko eller sandaler samt gummistøvler til regnvejrsdage.

### SOLHAT OG TØJ

Solhat er vigtig at have på for at skærme for solen. Tænk på at der skal være skygge hele vejen rundt. Især ører og nakke er udsat for sol. En almindelig kasket yder derfor ikke optimalt beskyttelse. Vær opmærksom på om den er behagelig at have på, så den bliver siddende på hele dagen.

Husk også at barnet på solskinsdage skal have langærmet bluse på og løstsiddende tøj, som er beskyttende for solens stråler.

## RYGSÆKKEN

Den rygsæk, som børnene får udlevet den første dag, er den rygsæk som vi bruger. Rygsækken bør pakkes med henblik på, at barnet skal vandre med den. Den skal indeholde madpakke, drikkedunk og evt. en lille pose med skiftetøj (underbukser, sokker, lange bukser). Om vinteren er det godt med et par ekstra vanter og varme sokker. Hvis det ser ud til regn, hjælper vi børnene med at lægge regntøj og evt. en ekstra trøje i deres rygsække, inden vi går ud. Husk at tømme rygsækken når børnene kommer hjem for sten, pinde og andet, som de har samlet ind i dagens løb.

I altid kan spørge, hvis I er i tvivl om noget.

Husk at skrive navn på alt!!