

TIPS TIL KLÆR .

Dersom man ikke er kledd riktig etter værforholdene kan gleden ved å være ute fort bli borte, enten man blir for kald eller for varm.

På kalde dager:

- Ullstilongs – ull holder på varmen på tross av at det blir vått!
- Ulltrøye-langarmet
- Ullsokker
- Ull- eller fleeebukse
- Ull- eller fleeegenser
- Hals, lue med hals, ikke skjerf (barna kan henge seg fast)
- Støvler, eller goretex sko
- Slitesterk dress som er vann avvisende og vindtett
- Regntøy
- Husk strikk under beina på dress og regnklær, sjekk jevnlig og reparer ved behov.
- Votter som går litt opp på armen og fingerhansker
- Fjern alle snorer fra dresser, genserer, jakker og lignende, bytt evt ut med strikk.



- Det er spesielt viktig at barna er godt kledd i halsen, håndleddene og ved skille mellom sko og bukse. Fryser de der, blir de fort kald i hele kroppen.
- Det er viktig at ikke klærne strammer og hindrer barna i å bevege seg fritt.

”ull –på-ull”, event. flece gjør at barnet er varmt, samtidig som klærne puster. Dongeri og bomull ”stanser” ”ull-på-ull-effekten”.

NB! Viktigere med ”riktige” klær enn mye klær. Mye klær lett blir klumpete, og hemmer barnets bevegelsesfrihet., barna blir mindre aktiv og fortere kalde.

Pass på at dresser og regntøy er lange nok i beina både når de står, bøyer seg, og sitter. F.eks når barna leker i sandkassen glir dressen opp og de blir bløte og kalde.

På varme dager:

Solhatt eller caps

Joggesko

Badetøy

Solkrem

