Spielgruppe NATURKIND

Ausrüstung der Kinder

Eine wichtige Voraussetzung für das Wohlbefinden der Kinder an einem Waldtag ist eine zweckmässige wetter-, beziehungsweise jahreszeitengerechte Kleidung. Am besten bewährt sich der sogenannte «Zwiebellook». Das heisst mehrere Schichten Kleidung übereinander, die je nach Temperatur aus- oder angezogen werden können. Wichtig: Die Kleidung darf schmutzig werden.

«Sommerfell»	• Feste Schuhe mit gutem Halt (Wander- oder gute Trekkingschuhe) • Bequeme, lange Hosen und langärmeliges Shirt mit Ärmelbund-abschlüssen (zum Schutz vor Kratzern, Schürfungen und Zecken) • Pullover oder Faserpelzjacke (Wald ist kühler, schattig) • Kopfbedeckung
«Winterfell»	• Hohe, wasserdichte, warm gefütterte Schuhe • langärmelige und langbeinige Thermounterwäsche (praktischer als Strumpfhosen, denn so können bei nassen Füssen schneller und einfacher die Socken gewechselt werden) • warme Socken, evtl. zwei Schichten • Hosen und Pulli in mehreren dünnen Schichten (Fleece-/Faserpelzjacke) • Zweiteiliger warmer Skianzug, evtl. Regenanzug drüber • Wasserfeste Handschuhe (evtl. unter den dicken Handschuhen dünne Fingerhandschuhe anziehen) • Mütze und Halstuch
Rucksack	Gut sitzender Rucksack (8 – 10 Liter) mit Brustgurt, in welchem folgendes Platz hat: • Trinkflasche (im Winter warmes Getränk in Thermosflasche) • Znünibox • Ersatzkleider im Plastiksack • Regenbekleidung • bei Kälte Ersatz-Handschuhe • für Wickelkinder eine Ersatzwindel und Feuchtreinigungstücher
Znüni	• gesundes, ausgewogenes und abfallarmes Znüni aus Obst, Gemüse, Knäckebrot etc. in einer gut und sicher verpackten Box oder Dose • zum Trinken Wasser oder Tee
Zecken	Allgemein gilt die Zeckenzeit von Anfang März bis Oktober bei Temperaturen über 10 Grad. Folgendes können wir tun, um die Gefahr eines Zeckenbisses einzuschränken: • Entsprechende Kleidung tragen: Geschlossene, am besten helle Kleidung mit langen Ärmeln und lange Hosen tragen, Socken über die Hosenbeine ziehen, sowie Kopfbedeckung. • Nach jedem Waldbesuch das Kind am ganzen Körper gründlich absuchen (besonders unter den Armen, in den Kniekehlen, am Hals, auf dem Kopf, Leisten und im Intimbereich) und duschen, inklusive Haare waschen. • Zeckenspray verwenden – auch auf die Kleider.