



TRONDHEIM KOMMUNE

Bymarka barnehager

Veileder

Påkledning klær og utstyr





Innhold

Innledning.....	3
Påkledning, klær og utstyr.....	3
Undertøy.....	3
Mellombekledning.....	3
Ytterbekledning.....	4
Vinterdressen.....	4
Regntøy.....	4
Votter.....	4
Skotøy og sokker.....	4
Utstyr for de minste som sover i barnehagen.....	4
Ryggsekk.....	5
Skiutstyr.....	5
Ski.....	6
Skisko.....	6
Gamasjer.....	6
Staver.....	6
Sjekkpunkt til deg som forelder i hverdagen.....	6
Sikkerhet og miljø.....	7
Beskytt huden.....	7
Miljøtips.....	7
Merking.....	7

Bymarka naturbarnehager

Innledning

Med Bymarka som nærmeste nabo og et flott utemiljø, har vi i natur og friluftsbarene hager valgt uteliv som ramme for vår virksomhet.

En forutsetning for at leken utendørs skal være positiv, er at barna har passe med klær, at de verken svetter eller fryser.

Riktig bekledning er da avgjørende.

I denne brosjyren finner du Bymarka barnehager sine anbefalinger. De er bygd på mange års erfaring. Brosjyren evalueres en gang i året.

Bymarka barnehager består av: Bymarka friluftsbarene hager (Sverresborg og Ferista), Bymarka naturbarnehager (Lian og Kyvatnet) og Haukvatnet friluftsbarene hager (Nilsbyen og Haukåsen)

Påkledning, klær og utstyr

Ull er best. Ull isolerer, også når den er fuktig. Det finnes også gode plagg som er en blanding av syntetisk materiale og ull, men ikke bruk plagg blandet med bomull. Bomullsklær blir kalde og mister isolasjonsevnen når de blir fuktige. Alle lag innenfor dressen skal være i andre materialer enn bomull.

Ikke bruk heldekkende drakter under ytterbekledning. Todelte sett er mer praktisk ved toalettbesøk og bleieskift. Det er også lettere å regulere varmen når vi kan ta av et av plaggene.

Superundertøy og fleece er et alternativ hvis barnet reagerer på ull.

Undertøy

Longs og annet undertøy bør helst være i ull. Bruk longs fremfor strømpebukse.

Da er det lettere å skifte hvis det bare er sokkene som er våte.

Mellombekledning

Flere tynne lag med klær varmer bedre enn få og tykke.

Dette er fordi lufta mellom lagene, og i plaggene gir god isolasjon.

Hals/buff skal være i fleece eller ull på kalde dager.



Bomullsklær blir kalde og mister isolasjonsevnen når de blir fuktige.

Ytterbekledning

Vinterdressen

Denne bør være lett og god å bevege seg i. Ikke med tungt for. Vi bruker heller flere lag med klær under dressen.

Regntøy

Legg vekt på bevegelse og at hetten passer med lue under. Sydvest kan være et godt alternativ. Det må være strikk på regnbuksa.

Votter

Legg vekt på bevegelse og gripeevne. I dag finnes det mange bra votter med ullfor. Det kan være greit med to lag, ullvott med vindvott utenpå. Votter er forbruksvare, barn trenger flere par om dagen.

Skotøy og sokker

Sko

Sko må være litt romslig, ikke for store. Vintersko og støvler må ha en god ullsåle. Luft isolerer - trange sko blir kalde.

Sokker

Det er varmere til små tær med gode sokker enn strømpebukse. Vi anbefaler ett par sokker i skoene. Det blir ikke varmere med flere par. Bruk helst en ullfrottesokk. Her kan det være forskjell i kvalitet. Rene og hele sokker er varmast. Vask ofte og ha flere par liggende i skiftetøyet.

Det kan være greit å ha et par ullsokker, størrelse voksen, i sekken - disse drar vi utenpå vintersko og skisko.

Utstyr for de minste som sover i barnehagen:

I den kalde årstiden trenger de en god vinterpose, ullpledd, tynn ull lue (helst halslue) og ett par votter som kan brukes når barnet skal sove.

Smokk: Les pakningsvedlegg og følg anbefalinger om levetid og renhold. Legg smokk i topplokket på barnets sekk.

Foreldrene har ansvar for utstyr som benyttes til soving og hvile i barnehagen. Vi ber om at dette blir tatt med hjem til vask ved behov. Et minimum for dette er: En gang høst, jul, påske og sommer.

Påkledning, klær og utstyr

Ryggsekk

Ryggsekken skal ha brystreim og hoftereim. Den skal være god å bære. Sekken justeres slik at den passer til barnet. Sjekk dette med jevne mellomrom, spesielt i skifte fra tynnere klær til tykkere klær. Ikke legg mer klær og utstyr i sekken enn det som står på lista under. Den kan fort bli for tung. I voksensekkene har vi med oss låneskifte av ekstra klær og utstyr.

Sekken til barnet skal inneholde:

Matpakke til lunsj

Sitteunderlag

Plastpose med truse, bleie, ullsokker, ulltrøye, ullongs og votter. Spisevotter i topplokket på sekken (tynne bladvotter/ selbuvotter fungerer veldig bra)

I vår og sommerhalvåret:

Solbriller og solkrem

Ha med en liten vannflaske. Foreldre rengjør denne hver dag. Lettere klesskift enn det beskrevet over.

Til de aller minste:

De trenger en tynn lue de kan bruke ved soving.

Hvis de bruker smokk: legg den i topplokket på sekken.

Vi viser også til Bymarka barnehager sin brosjyre, HMS i skogen.

Skiutstyr

Ski

På storbarn bruker vi ski hele vinteren. Barna må ha ski stående i barnehagen.

Skiene skal være omtrent like lange som barnet - aldri lengre. Det første skiparet kan godt være litt kortere enn barnet.

Vi bruker smørefrie ski i barnehagen.

Smørefrie ski er ikke vedlikeholdsfrie. Bruk silikonspray på bindingene, det hindrer ising.

Skiene trenger en rens innimellom. Bruk skirens el lignende. Etter rens bruker du silikon spray/preparering for smørefrie ski. Dette hindrer kladding.



Pass på at sko og såler blir tørre til neste dag. Ta sålene ut til tørk!

Skisko

Vi anbefaler skisko i lær eller gore tex.

Det finnes flere modeller å velge i men skoen må være romslig.

Legg i en god ullsåle.

Sørg for å tørke skiskoene og smør dem med egnet skokrem eventuelt impregneringsspray jevnlig.

Huskeregel: Minimum en gang per uke.

Gamasjer

Gamasjer er helt nødvendig i skisesongen. Uten gamasjer blir skiskoene fulle av snø når barna leiker.

Vi bruker gamasjen under dressen.

Staver

Staver er ikke nødvendig før barnet kan bruke dem. Før dette vil de bare være i veien. Bruker barnet ditt staver må de passe. Staver skal ikke være kortere enn til armhulen.

På småbarn er ikke ski en fast aktivitet, men ta gjerne med utstyr til de over 2 år hvis de har.

Sjekkpunkt til deg som forelder i hverdagen

- ✓ I garderobehylla legges tøy som egner seg for denne dagen. Dette gir barna enklere tilgang til det de trenger. Alt annet skal ligge i skiftetøyskap/kuurv.
- ✓ På noen av barnehagene ligger det reparasjonssett i garderobene. Her kan du finne: nål, tråd, ekstra strikk til dress og regnbukser + skoimpregnering
- ✓ Tørkeskapene og tørkerommene har begrenset kapasitet. Her tørkes kun yttertøy. Resten blir med hjem.
- ✓ Våte votter, de må vrennes for å tørke og vrennes tilbake, alltid klar til bruk!
- ✓ Det blir kondens og svette i vintersko. Pass på at sko og såler blir tørre til neste dag. Ta sålene ut til tørk!
- ✓ Sekken må sjekkes for fuktig innhold hver dag.
- ✓ Husk impregnering av sko og sekk ved behov.

Påkledning, klær og utstyr

Sikkerhet og miljø

På grunn av kvelningsfare vil vi at dere unngår: Lange snorer, skjerf og hettegensere. Sykkelhjelm er kun til sykling.

Beskytt huden

Sommer.

Foreldre smører barnet med høy solfaktor før det kommer i barnehagen. Personalet smører barna ved behov utover dagen. Barnet må ha med solkrem hjemmefra.

Beskytt i tillegg huden ved å bruke lette sommerklær og solhatt/caps

Vinter:

Solkrem kan det være behov for på også på servinteren.

Bruken av kuldekrem avgjøres av dere foreldre selv. Hvis dere bruker kuldekrem må det være en som ikke inneholder vann. Smøres på før barnet kommer i barnehagen, men kan også brukes kvelden før.

Vær forsiktig med ansiktsvask om morgenen når det er kaldt ute.

Vasking fjerner naturlig beskyttelse av huden.

Husk solbriller

Miljøtips

Vi oppfordrer til gjenbruk og at dere ser etter miljømerking
Barnehagene våre har ulike ordninger for brukmarked

Merking

Sist, men ikke minst:

Merk alt av klær og utstyr. Skriv med sprittusj på merkelapper i klærne, eller stryk på navnelapper.

Bruk gjerne klistermerker med navn på glatte flater som matbokser, vannflasker, staver og ski.

Trondheim kommune
Bymarka barnehager
Postboks 2300, Sluppen
7004 Trondheim

Tlf.: 418 42 100

