

Solstad barnehage

Agnesveien 14
3292 Stavern
Tlf: 33172795

Solstad.barnehagen@larvik.kommune.no



GODE RÅD I FORHOLD TIL PÅKLEDNING.

Høst og vinter nærmer seg, og for at barna skal holde seg varme og tørre er det viktig at de har på seg riktige klær. Nedenfor følger noen råd i forhold til påkledning.

Første lag:

Undertøy bør være tynt og tettsittende mot kroppen. Ull er veldig bra, særlig for de yngste, men også superundertøy varianter av polyester/poly-propylen er godt egnet.

Barn sitter mye på bakken, og sammen med hodet er underlivet et av stedene som barn fortest blir kalde.

HVORFOR?

Ull varmer selv om det er fuktig. Svette og tisseuhell vil ikke kjøle barnet. Ull puster slik at huden får luft og tørker fortere.

Syntetiske stoffer trekker ikke til seg fukt, men slipper den igjennom. Fukt blir dermed ikke liggende inntil huden.

Unngå bomull da den ikke egner seg til å holde på varmen. Både underbukser og t-skjorter er ofte lagd av bomull. Dette er plagg som holder på fukten og blir kalde. Bomullslaget stopper fuktigheten som bør bli transportert ut og bort fra kroppen til det pustende yttertøyet.

MELLOMLAG:

Kle barnet med et nytt lag med ullklær eller en fleecedress av syntetiske stoffer (helst ikke for tykt). Det er bedre med to tynne lag utenpå undertøyet enn et tykt.

Husk at fleece bare er betegnelsen på et utseende. Det sier ingenting om hva det er laget av. Ull og polyester er bra, mens akryl, viskose og bomull bør unngås.

HVORFOR:

Med flere lag ull er det lettere å regulere barnets temperatur ettersom temperaturen ute stiger eller synker i løpet av dagen.

Unngå å bruke dongeribukse og college-genser som mellomlag. Tøyet er som oftest av bomull og hindrer fukttransportering, i tillegg er det ofte tunge og stive klær.

YTTERLAG:

Har barnet på seg to lag med tynne ullklær eller såkalte tekniske (Syntetiske) klær, greier det seg fint med en vanlig parkdress med for av ull eller syntetisk materiale utenpå dette. Det er viktig å tenke på barnets rørlighet når man velger dress. En tynn dress med for av fleece eller ull er å foretrekke. Kan foret i tillegg fjernes, har du en dress som fungerer hele året.

HVORFOR?

Hvis parkdressen ikke puster, hjelper det lite å ha ull eller fukttransporterende stoffer helt inn. Fukten blir i stedet liggende innenfor dressen.

Unngå store dresser som er vanskelig for barnet å bevege seg i. Det å gå i et trappetrinn krever mye bevegelse for et lite barn. Tenk deg hvordan det hadde vært for deg å gå opp en trapp der inntrinnet var på høyde med knærne dine!

OBS!

Det er bare det innerste laget som skal være tettsittende mot kroppen. Det midterste og ytterste laget skal være ledig og gi god bevegelse. Ull og luft isolerer og regulerer varmen. Ta ikke på for mye tøy. Det kan redusere bevegelsen og ullens evne til varmeregulering.

Votter:

Tynne ullvotter inni en vanntett tynn overtrekksvott er å foretrekke. Det finnes også ullvotter sydd fast inne i en teknisk vott. Vanter kan være kjekke å ha i sekken når vi er på tur og skal spise ute.

Lue:

Hodet er ansvarlig for en god del av varmetapet. Derfor er en god lue viktig. På de minste barna er en heldekkende lue og hals i ett en god løsning. Velg ull eller en syntetisk fleece-materiale. Sørg for at luen har et vanntett lag. Luer med øreklaffer er lurt.

Hals:

Vi ønsker ikke at barna skal bruke skjerf p.g.a sikkerhet. Velg en hals av ull eller syntetisk fleece-materiale.

Støvler:

Støvler som er forede (av typen cherrox) er fint å bruke fram til det er et par minusgrader. Med tynne ullsokker holder barna seg både tørre og varme. Ved flere minusgrader er en støvel av Gore-Tex eller lignende å foretrekke.

NB!

Skyllmiddel bør ikke brukes på parkdressen. Flere av de store produsentene fraråder skyllmiddel fordi det tetter de pustende porene i stoffet som er så viktig for å få fukten ut.