

Udstyrsguide Kalø Skovbørnehus

Kære forældre

Med udstyrsguiden deler vi vores erfaringer med funktionel beklædning og udstyr til et skovvuggestuebarn: Børnene skal kunne bevæge sig frit og ubesværet, samt holde sig tørre og tilpasse - hverken for varme eller for kolde. Derfor er vi fans af blødt tøj uden faste linninger og uldtøj, uldundertøj og uldstrømper i både tynde og tykke udgaver, da uld regulerer kropstemperaturen og afleder fugt fra huden.

Det er meget vigtigt, at tøjet passer i størrelsen og funktionalitet betinger samtidig også, hvor nemt vi afhængigt af årstiden kan tjekke bleer og hjælpe børnene med at gå på toilet-potten i det fri. Tøj får også stor betydning, hvis vi skal bruge uforholdsvist meget tid på at rette på fx en for stor hue, der falder ned i øjnene eller en støvle, der slæber efter pga. defekt velcro.

Funktionelt tøj og udstyr hjælper os til at være mere nærværende i samværet med jeres barn.

Vi er bevidste om, at vi stiller mange og ret specifikke krav til jeres skovbarns grej og det er vigtigt for os at pointere, at det *meget* gerne må være brugt tøj og grej, ligesom vi altid gerne vil uddybe, rådgive og stille lånetøj og -sko til fri afbenyttelse.

Jeg gør, jeg kan, jeg er 😊 Derfor kan vi li' enkelthed og funktionalitet

Børn bliver vældig stolte og selvtilfredse, når de er aktive deltagere i deres eget liv – fx med at tage tøj af og på: Sørg for at både tøj og fodtøj er funktionelt, nemt og tilgængeligt i garderoben, så dit barn kan træne sine færdigheder i at hjælpe med at få sit tøj og udstyr af og på, samt begynde at lære at lægge noget af det på plads i garderoben.

Vi vandrer med rygsæk

Vi anbefaler Bergans Lilletind 14 l.

Vær meget opmærksom på størrelsen og ergonomien og *undgå* legetøjs-rygsække. Rygsækken **skal** have en strop med klikspænde henover brystet. Kom gerne og spørg os til råds om specifikke mærker og modeller.

Det er et ufravigeligt krav, at der er navn i alt – også på sutter!

Vi anbefaler mærkater fra Navnelapper.dk eller at skrive med tekstil-tusch.

Garderoben er til madpakke, udetøj, fodtøj og rygsæk, kassen i puslerummet er til indetøj, sovetøj, sutter og sovebamse.

Dagens udetøj skal matche dagens vejr og hænge på knagen i dit barns garderobe. Regntøj, regn-kasket og den fine jakke til hjemturen lægges op i kurven øverst. I rygsækken ligger madkasse og drikkedunk.

Her følger en oversigt over vores anbefalede beklædning til hhv. sommer og vinter i Skovvuggestuen.

Sommer

Beklædning

- Tyndt, løst og let sommertøj med lange ærmer og lange bukseben, gerne bomuld og lyse farver.
Sommerhat = bøllehat, som skal dække ørerne.
- **Aldrig** hættetrøjer og aldrig snore, heller ikke i sommerhatten. Hætter buler under overtøjet, desuden kan man komme til at hænge fast i en gren.
- Hverdagstøj skal være blødt, med elastiklinning og til at bevæge sig i.
- Cowboybukser eller andre typer bukser med meget fast linning er **ikke** velegnede til skovbørn.
- Børn der øver sig i at gå på toilettet skal have underbukser på og senest ved 2 års alderen skal det være delt i undertrøje og underbukser, mange børn er klar før. bodystockings = baby!
- Regntøj skal så vidt muligt være *uden* seler, så det er nemt at tjekke bleer og nemt at gå på toilet i skovbunden.
- Kasket er KUN til at have på under regnjakke-hætten på regnvejrsdage: Så løber vandet ud over skyggen i stedet for ned over ansigtet.

Fodtøj

- Sandaler med velcro og lukket snude, så grene i skovbunden ikke så let stikker ind i tæerne.
- Vandresko med velcro og gerne med goretex-membran. Kan være svært at skaffe i små størrelser. Tjek evt. mærket "Viking".
- Gummistøvler, **der passer perfekt**. For store røjsere er svære og tunge at slæbe med sig og de hopper ikke lige så højt i pytterne!

Vinter, det tidlige forår og efterår

Uld i alle varianter regulerer kropstemperaturen og leder fugt væk fra huden. I de koldeste måneder er det godt med flere tynde lag af uld. Tjek evt. mærkerne "Dilling", "808", "Joha", "Friends" m.fl.

Indendørs fodtøj

Vælg altid bløde skind- eller uldfutter med velcrolukning eller elastik ved anklerne, aldrig snørebånd. Hvis dit barn står og går, er det *særligt* vigtigt med skridsikker sål.

Fodtøj

- Termofutter: Børn der endnu ikke går, skal have et par termofutter i flyverdragtmateriale eller "Vogelein" overtræksbukser med fødder i. Suppler med tykke uldsokker.
- Vinterstøvler: Et par vandtætte vinterstøvler med velcro, gerne goretex. Vær meget opmærksom på at fodtøjet har god pasform og passer perfekt – vi kommer langt omkring og det er tungt og svært med dumme støvler.
- Uldsokker: I den kolde årstid skal der altid være plads til uldsokker i støvlerne.
- Termostøvler: Husk at termostøvler er tunge at gå i, så reserver dem *udelukkende* til mudder- og regnvejrsdage.

Flyverdragt

- **UNDGÅ flyverdragter fra DIDRIKSONS (med mindre du har et meget slankt barn).**
- Flyverdragten skal være vandtæt, gerne med meget højt vandsøjletryk. Der kan være mange mærker, som er fine, det er op til jer. Brugte dragter kan også være yderst velegnede.
Vi kan anbefale mærkerne Isbjörn of Sweden, Troll og Reima, men gå efter en pasform, der passer til dit barn.
- **OBS! Altid kun én enkelt lynlås** i flyverdragten, da de dobbelte lynlåse giver en ret dårlig pasform ved hagen, når barnet bevæger sig. Elastikken ved hånd- og fodled skal slutte til, ligesom det er meget vigtigt, at der er **en stropper eller elastik til at sætte under støvlerne**, så dragten ikke glider op.
- Det kan være en fordel, hvis flyverdragstens hætte kan tages af, så den kun er i brug, når det er så koldt, at den er på hovedet (**Dog skal den ALTID med i vuggestuen i tilfælde af pludselig regn eller sne**). Den vil ofte være i vejen, når den hænger i nakken. Tjek at evt. pelskant ikke tager barnets udsyn.
- Vær opmærksom på dragtens pasform og især at dragten er lang nok i livet, til at barnet frit kan sidde på hug og lign. Dette kan efterprøves ved, at man skal kunne gribe om en lille håndfuld stof ved både den ene skulder og mellem benene på en gang, mens dit barn har dragten på. Er der således stof i overskud, vil barnet kunne sætte sig på hug og kravle uden at dragten vil stramme.

Elefanthue

- Huer er **altid** elefanthuer, der slutter tæt og har en god pasform til dit barns hovedfacon. Vær meget opmærksom på at den ikke er for stor, for så glider den ned over øjnene og forstyrrer både udsyn og leg. Gerne både en tynd og tyk udgave.

Vanter

- **Vi anbefaler KUN vanter fra Didriksons eller Lego lynlås i str. 0/2 - de SKAL have lynlås:**
De har en perfekt pasform og er utrolig nemme at montere på de buttede vuggestuenæver.
- Generelt SKAL vanter være "luffer" af hensyn til varme, derfor ALDRIG fingervanter. Medbring mindst 1 og gerne 2 par vandtætte langskafte vanter, der kan trækkes op over eller inden under flyverdragten. Der SKAL være lynlås i vanterne, så de små tommeltotter kan finde vej. Vær opmærksom på størrelsen. Ofte er str. 1-1 ½ år fx passende, selvom man er næsten 2 år.

Strømper og sokker

Uld er bedst i den kolde tid, både tynde strømper, tykke sokker og strømpebukser.

Sikkerhed, sol og miljø

- *Hætter på jakker, regnjakker og flyverdragter må meget gerne have trykknapper.* Skulle man sidde fast, bliver hættten rykket af ved trykknapperne. Desuden bruger vi ofte kun hætterne på de meget kolde eller våde dage.
- *I forårs- og sommertiden skal dit barn være smurt i solcreme hjemmefra. Vi smører igen efter middagsluren, når UV indexet er 3 eller derover. Desuden søger vi skygge og søger at klæde jeres barn i tynde lange skjorteærmer: Det beskytter bedst mod sommersolen og er til at ånde i. Vi bruger KUN bølgehatte som sommerhatte, da de beskytter både ører, nakke og kinder.*
Se <https://www.cancer.dk/solsmart/app/> for sol-index.
- *Nej tak til sølvpapir i madpakken og frugter med meget saft om sommeren (eksempelvis ananas, appelsin og lign.), da det sætter sig i tøjet og tiltrækker hvepse.*

Opsamling på gode beklædningsråd

- Joggingbukser med elastisk lining giver bedre bevægelighed end jeans og andre bukser med hård, fast lining. Uldundertøj og skiundertøj er genialt til skovbørn i de kølige måneder.
- Bukser med smæk og heldragter fungerer *ikke* for skovbørn.
- Kjoler fylder for meget under overtøj.
- Fodtøj skal være med velcro og skal passe akkurat med max 1 ½ cm fra storetå til fronten på indersålen. Både sko og støvler skal være med velcro.
- Flyverdragten skal være vandtæt, gerne med meget højt vandsøjletryk.
Kun med en enkelt lynlås, da de dobbelte lynlåse giver en ret elendig pasform ved hagen, når barnet bevæger sig. Desuden er det nemmere for barnet med kun en lynlås.
Elastikken ved hånd- og fodled skal slutte til, men vær opmærksom på at der skal være plads til en luffe indenunder. Så bliver luffen nemlig på plads, mens man leger.
Stropper eller elastik til at sætte under støvlerne skal sidde på hvert bukseben, så flyverdragten ikke glider op.
Flyverdragstens hætte kan med fordel være med trykknapper, så den nemt kan tages af, både ift. sikkerhed og så den kun er i brug, når det er så koldt, at den er på hovedet. Den vil ofte være i vejen, når den hænger i nakken. Husk **altid at have den med**.
Flyverdragstens pasform Vær meget opmærksom på om dragten er lang nok i livet, til at barnet frit kan sidde på hug og lign.? Dette kan efterprøves ved, at man skal kunne gribe om en lille håndfuld stof ved den ene skulder og mellem benene på én gang, imens dit barn er iført dragten. Hvis du kan få fat i to håndfulde stof vil der således være stof i overskud, så barnet kunne sætte sig på hug og kravle op over og indunder *uden* at dragten vil stramme.
- **Madpakke og drikkedunk** Undlad eller hold små bølter på et absolut minimum. Vi anbefaler specifikt en drikkedunk af mærket "Contigo" til børn under 2 år.

Skriv navn i ALT!

Vi vil meget hellere være sammen med børnene end at lede efter rette ejermænd til tøj, sko og grej.

Skovbørnehuset har en kurv til forlagt og forsvundet tøj ved indgangsdøren i garderoben,

hvor mistede sager som oftest dukker op igen efter at have været væk en stund 😊

