

Ab durch den Winter

Was kleine Kinder draussen brauchen

Zum Ausschneiden, Kopieren, Verteilen... Wir präsentieren: Ausrüstungstipps für Kinder, die eine Wald- und Naturspielgruppe besuchen. Auch für Indoorspielgruppen geeignet, die hin und wieder draussen sind. ■ Barbara Brandt

KLEIDUNG DRÜBER

- ◆ je nach Wetterlage: zweiteiliger Skianzug (Schnee, kalt, eher trocken)
- ◆ oder: Gefütterte Jacke und Outdoorhose (kühl, eher trocken)
- ◆ oder: Matschhose und Regenjacke als Schmutz- oder Regenschutz (kühl-kalt, nass)
- ◆ Schlauchschal (Mütze und Schal in einem: superpraktisch!)
- ◆ Mütze über Schlauchschal bei eisigen Temperaturen
- ◆ wasserdichte Fausthandschuhe
- ◆ Pulswärmer



... UND DRUNTER

- ◆ Zwiebellook
- ◆ Fleecejacke und -hose
- ◆ lange Merino- oder Thermowäsche
- ◆ Gilet über die Thermowäsche, hält den Rumpf warm
- ◆ Woll- oder Thermosocken

Schuhe

- ◆ wasserdichte Winterwanderschuhe oder -stiefel
- ◆ Gummistiefel: robust und gefüttert (Zwischensaison)



Gibt es im Spielgruppen Shop:
Outdoor-Ausrüstung

Gibt es bei IG Spielgruppen Bildung:
solide Grundlagen für Naturpädagogik
www.spielgruppe.ch



SCHUTZAUSRÜSTUNG

- ◆ Hautschutzcreme
- ◆ evtl. Sonnencreme
- ◆ evtl. Zeckenschutzmittel
- ◆ Wärmeöl und/oder -beutel
- ◆ Zimtsohlen als Fusswärmer
- ◆ Handwärmer
- ◆ Unterziehhandschuhe
- ◆ Plastiksäckli (über trockene Socken in nasse Schuhe)



RUCKSACK UND INHALT

- ◆ Kinderrucksack mit Brustgurt
- ◆ Taschentücher
- ◆ Notfallmedikamente
- ◆ Sitzunterlage
- ◆ Ersatzwindeln
- ◆ Ersatzhandschuhe
- ◆ Thermoskanne oder Trinkflasche
- ◆ Tupperware für Esswaren
- ◆ Ersatzunterwäsche verpackt in Plastiksack
- ◆ Nuschi & Co.
- ◆ Etikette mit Notfallnummer am oder im Rucksack



Illustrationen: Sina Gerschwiler

ALLERLEI «ACCESSOIRES»

- ◆ «Chriesisteisäckli»
- ◆ «Füdlibob» oder Plastiksack
- ◆ Gurt, damit die Hose nicht rutscht
- ◆ Schneeschaufel
- ◆ Spielseil



ESSEN

- ◆ Wurst oder vegetarisches Pendant zum Braten
- ◆ Dörrfrüchte: zum Beispiel Datteln, Apfelingli Fruchtriegel
- ◆ Nüsse (keine Erdnüssli!)
- ◆ nahrhafte Suppen aller Art: Buchstaben, Mais,
- ◆ Spaghetti, Speckwürfeli, Wienerli
- ◆ Vollkorncracker, Brot



TRINKEN

- ◆ Tee - mit Zimt besonders wärmend
- ◆ Trinkschokolade
- ◆ Waldpunsch
- ◆ Bouillon
- ◆ Wasser

NO-GOS

- ◆ Baumwollbekleidung: saugt Feuchtigkeit auf
- ◆ ohne Mütze: grösster Wärmeverlust geschieht über den Kopf
- ◆ wasserdichte Turnschuhe: wenig Halt, zu kalt
- ◆ ganze Skianzüge: kompliziert beim Wasserlassen
- ◆ Gemüse und Früchte: kühlend

Ahnliche Artikel in spielgruppe.ch:
«Ein Wintertraum» - Ausgabe 1/09
«Drei clevere Dinge für draussen» - Ausgabe 5/14