



DIE HEIDEBÄREN

WALDKINDERGARTEN

MEINERSEN E.V.

Informationen und Tipps zur Kleidung und Ausrüstung

Waldkinder im Sommer

- lange Hosen
- Langarmshirt
- Festes Schuhwerk
- Kopfbedeckung
- Regenbekleidung

Auch in der wärmeren bzw. heißen Jahreszeit sollte der Körper der Kinder möglichst großflächig bedeckt sein. Im Wald ist es immer etwas kühler als beispielsweise auf offenem Gelände. Außerdem bieten kurze Hosen, T-Shirts, Stoffschuhe oder gar Sandalen keinen ausreichenden Schutz gegenüber Insekten, Zecken und vorbeistreifendem Geäst. Das feste Schuhwerk sollte robust sein und dem Fuß sicheren Halt bieten. Zieht man die Socken über die Hosen, kann das zusätzlich helfen, Zecken abzuwehren. Wichtig ist außerdem ein Sonnen- und Zeckenschutz für den Kopf. Sinnvoll ist hier ein Hut oder eine Kappe mit breiter Krempe bzw. Schirm, so dass das Gesicht im Schatten liegt. Von Vorteil sind auch Kappen mit Zugehörigem Nackenschutz.

Generell bewährt hat sich das sogenannte „Zwiebelschalenprinzip“, d.h. mehrere dünne Kleidungsstücke werden übereinander getragen, so dass bei Bedarf eine Schicht (idealerweise von den Kindern selbst) aus- bzw. wieder angezogen werden kann.

Waldkinder im Winter

- Festes Schuhwerk oder gefütterte (Gummi-)Stiefel
- Schneeanzug oder Thermohose und Jacke
- Buddelhose
- Handschuhe
- Mütze oder Stirnband
- Schal
- lange Unterwäsche

Mehrere Lagen dünner, locker sitzender Kleidung wärmen besser, als wenige dicke, da die zwischen den Kleidungsschichten liegende Luft einen zusätzlichen Kältepuffer bildet.

Die Unterwäsche ist besonders bei sehr tiefen Temperaturen von Bedeutung:

Zu empfehlen wären Produkte aus reiner Schurwolle oder zumindest einem Wollanteil, wie z.B. lange Wolle-Seidenunterwäsche, Wollstrumpfhosen oder –leggings (bei Naturversandhäusern bestellbar). Funktions-Unterwäsche ist aber ebenfalls geeignet.

Als Zwischenbekleidung kommen Kleidungsstücke aus Polyesterfleece oder Wollwalk (gefertigt aus 100% Schurwolle) in Frage. Fleece ist recht preisgünstig in der Anschaffung, pflegeleicht und trocknet schnell. Kleidung aus Wollwalk reguliert die Wärme im Körper optimal, nimmt keinen Geruch auf und ist unempfindlich gegenüber Schmutz, sehr haltbar und überhaupt ein guter Schutz gegen Wind und Wetter. Der Anschaffungspreis liegt im Allgemeinen jedoch etwas höher.

Speziell für den Winter gibt es gefütterte Buddelhosen zu kaufen. Bei Schnee oder eisigen Temperaturen ist der einteilige Schneeanzug, Zweiteilern, wie Thermohose und Jacke, vorzuziehen, da er einen guten Rundumschutz vor Kälte und Wind bietet. Es gibt teure Modelle, wie beispielsweise von Jack Wolfskin oder Vaude und

Postfach 24 · 38534 Meinersen · www.heidebaeren.de · info@heidebaeren.de

Waldtelefon I: 0151 / 21128989 · Waldtelefon II: 0151 / 72671502 · 1. Vorsitzender Mario Korth: 0179 / 5438254

Amtsgericht
Hildesheim
VR 200179

Beitragskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE78 2579 1635 0272 3441 00**
BIC: GENODEF1HMN

Vereinskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE24 2579 1635 0272 3441 02**
BIC: GENODEF1HMN

InfoTippsKleidung_2016-04-21.doc



DIE HEIDEBÄREN

WALDKINDERGARTEN

MEINERSEN E.V.

wesentlich preisgünstigere von Aldi, C&A, H&M, ... Eventuelle Probleme mit der Wasserdichtigkeit können durch das Überziehen einer Buddelhose beseitigt werden.

Festes wasserdichtes Schuhwerk oder gefütterte (Gummi-)Stiefel sind im Winter unerlässlich. Praktisch sind Stiefel mit herausnehmbarem Innenschuh, da die Schuhe leicht gereinigt werden können und schneller trocknen. Je nach Kälteempfindlichkeit können zusätzlich Filzeinlagen oder Wollsocken getragen werden. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Schuhe nicht zu klein sind. - Enge Schuhe bedeuten kalte Füße!

Unter die eigentlichen Buddelhandschuhe können Wollhandschuhe gezogen werden. Sie nehmen besonders gut Feuchtigkeit auf. Alternativ gibt es aber auch fleecegefütterte, wasserdichte Handschuhe, z.B. von JAKO-O. Die Handschuhe sollten generell mit einem langen Schaft versehen sein, der über die Jackenärmel reicht und dort eng anliegt. Eventuell können Ersatzhandschuhe im Rucksack mitgebracht werden. Um sich -beispielsweise nach dem Frühstück- die Hände zu wärmen, kann man den Kindern sogenannte „Taschenwärmkissen“ mitgegeben.

Als Kopfbedeckung eignen sich Mützen aus Fleece, Wolle oder Fell. Je nach Witterungslage kann auch ein Stirband ausreichend sein. Auf jeden Fall sollten die Ohren gut abgedeckt sein. Schlupfmützen bieten den Vorteil, dass man sich das separate Anziehen eines Schals sparen kann.

Empfehlenswert ist das Eincremen des Gesichts mit einer Creme (z.B. Weleda Wind und Wetterbalsam) zum Schutz vor kaltem Wind.

Waldkinder bei Regen und feuchter Witterung

- Buddelhose
- Regenjacke
- Regenhut
- Wasserdichte (Schnür-)Stiefel

Um vor Nässe und Schmutz ausreichend geschützt zu sein, empfiehlt es sich mindestens eine Buddelhose und Regenjacke mit Kapuze vorzuhalten. Die Regenbekleidung sollte wasserdicht (mit verschweißten Nähten), dabei aber atmungsaktiv, robust und –idealer Weise- reparierbar sein. Bewährt haben sich u.a. Buddelhosen von C&A, JAKO-O, Vaude oder Tells (z.B. beim Naturproduktehaus Feige erhältlich). Die preisgünstigeren Modelle, die von diversen Discountern angeboten werden, sind leider nicht zu empfehlen, da sie den extremen Anforderungen im Waldkindergarten auf die Dauer nicht stand halten. Empfehlenswert sind auch Lederhosen, da diese besonders robust und langlebig sind. Es sind auch Modelle erhältlich, die über zwei Größen mitwachsen.

Die Jacke sollte über der Buddelhose, und diese wiederum über den Schuhen getragen werden, damit keine Feuchtigkeit oder gar Wasser unter die Regenbekleidung gelangt. Wichtig ist, dass die Bewegungsfreiheit des Kindes

durch die Überbekleidung keinesfalls eingeschränkt wird. Auch ein einfacher und schneller Toilettengang sollte jederzeit möglich sein.

Eine geeignete Kopfbedeckung bei Regen ist neben einer Kapuze, der sogenannte „Südwester“, ein Regenhut mit breitem Schirm und Nackenschutz, die das Wasser nach außen ablaufen lassen.

Als Schuhe eignen sich wasserdichte (Schnür-)Stiefel, da diese leicht zu säubern sind.

Postfach 24 · 38534 Meinersen · www.heidebaeren.de · info@heidebaeren.de

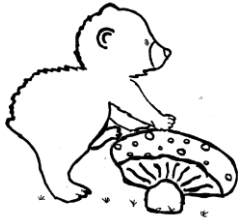
Waldtelefon I: 0151 / 21128989 · Waldtelefon II: 0151 / 72671502 · 1. Vorsitzender Mario Korth: 0179 / 5438254

Amtsgericht
Hildesheim
VR 200179

Beitragskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE78 2579 1635 0272 3441 00**
BIC: GENODEF1HMN

Vereinskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE24 2579 1635 0272 3441 02**
BIC: GENODEF1HMN

InfoTippsKleidung_2016-04-21.doc



DIE HEIDEBÄREN

WALDKINDERGARTEN

MEINERSEN E.V.

Die Regenbekleidung sollte nur selten gewaschen werden, da sonst das Material zu sehr leidet bzw. undicht wird. Falls es aber doch einmal nötig ist: Buddelhosen und Regenjacken bei 30°C in die Waschmaschine geben und ohne Waschpulver und Weichspüler auf Kurzwäsche ohne Schleudern waschen. Gibt man die Sachen in ein Wäschenetz, kann das zusätzlich helfen, die Kleidung zu schonen. Zum Abtropfen werden die Regenklamotten auf links gezogen und aufgehängt. Sie dürfen keinesfalls in den Trockner gegeben, oder direkt auf die Heizung gelegt werden. Eventuelle Risse und Löcher in der Kleidung können mit Hilfe spezieller Reparaturbänder bzw. -kleber schnell und wirksam beseitigt werden.

Ausrüstung

- Kinderrucksack mit Haltegurt über dem Brustbereich
- Iso-Sitzkissen oder Alu-Sitzmatte
- Trinkflasche
- Frühstücksdose
- Wasserdichtes Säckchen mit Ersatzbekleidung
- Taschentücher
- Sammelbehälter (Dose oder Tüte)
- Händehandtuch

Zur Ausrüstung gehört ein gut sitzender wasserabweisender Kinderrucksack (ca. 7-10 Liter groß) mit Haltegurt über dem Brustbereich. Die Verschlüsse sollten für die Kinder leicht selbst zu bedienen sein. Bewährt haben sich Modelle von Deuter oder Jack Wolfskin. Zudem wird ein kleines Iso-Kissen oder eine Alu-Matte im oder am Rucksack mitgeführt. Dieses dient den Kindern bei Bedarf als Sitzunterlage.

Im Rucksack selbst befinden sich eine Trinkflasche, eine Dose mit Frühstück, ein Händehandtuch und – zumindest anfänglich- ein wasserdichtes Säckchen mit Ersatzbekleidung (Unterhose, Hose, Strümpfe). Auch Taschentücher und ein leeres Behältnis (Tüte oder Dose) zum Aufbewahren all der kleinen und großen Dinge, die es im Wald zu finden gibt, sollten im Rucksack vorhanden sein.

Die mitgegebenen Brot- und Trinkbehälter sollten wiederverwertbar und unzerbrechlich sein. Dabei ist es wichtig auf Auslaufsicherheit, leichte Bedienbarkeit und ein geringes Gewicht zu achten. Gefäße aus oder mit Glas sind ungeeignet, da Bruchgefahr besteht. Plastikverpackungen werden von den Kindern oftmals beim zusammenräumen vergessen.

Als Trinkgefäße eignen sich Flaschen mit Saugöffnung (z.B. Sigg-Flasche). Große Öffnungen begünstigen im Sommer das Einschlüpfen von Insekten. Im Winter können kleine Thermoskannen aus Edelstahl (ca. 0,3-0,5 l) verwendet werden.

Um Verwechslungen zu vermeiden, ist es ratsam die gesamte Ausrüstung (Rucksack, Brotdose, Trinkflasche, Sitzkissen, ...) und Überbekleidung (Buddelhose, Jacke(n), Kopfbedeckung, Handschuhe, etc.) mit dem Namen des jeweiligen Kindes zu versehen.

Mögliche Bezugsquellen:

www.jako-o.de

www.vaude.de

www.waldklamotten.de

www.globetrotter.de

www.naturproduktehausfeige.de

Postfach 24 · 38534 Meinersen · www.heidebaeren.de · info@heidebaeren.de

Waldtelefon I: 0151 / 21128989 · Waldtelefon II: 0151 / 72671502 · 1. Vorsitzender Mario Korth: 0179 / 5438254

Amtsgericht
Hildesheim
VR 200179

Beitragskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE78 2579 1635 0272 3441 00**
BIC: GENODEF1HMN

Vereinskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE24 2579 1635 0272 3441 02**
BIC: GENODEF1HMN

InfoTippsKleidung_2016-04-21.doc



DIE HEIDEBÄTZEN

WALDKINDETGARTEN

MEINERSSEN E.V.

www.hess-natur.de

www.mopus.de (Lederhosen)

www.uyan-natur.de (Lederhosen)

Postfach 24 · 38534 Meinersen · www.heidebaeren.de · info@heidebaeren.de

Waldtelefon I: 0151 / 21128989 · Waldtelefon II: 0151 / 72671502 · 1. Vorsitzender Mario Korth: 0179 / 5438254

Amtsgericht
Hildesheim
VR 200179

Beitragskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE78 2579 1635 0272 3441 00**
BIC: GENODEF1HMN

Vereinskonto
Volksbank Südheide eG
IBAN: **DE24 2579 1635 0272 3441 02**
BIC: GENODEF1HMN

InfoTippsKleidung_2016-04-21.doc