

## Checkliste Ausrüstung und Bekleidung



Da wir uns draussen in der Natur aufhalten, ist eine gute Bekleidung und Ausrüstung sehr wichtig für viel Spass und Vergnügen.

Nachstehend ist eine Aufführung aller Utensilien, die dem Kind jeweils für den Waldspielgruppenbesuch mitgegeben werden sollten:

### Bei jedem Waldspielgruppenbesuch:

- Gut sitzender Rucksack
- Beschriftete Trinkflasche mit Wasser oder Tee
- Ersatzkleider (Socken, Unterhose, T-Shirt/Pullover, Hose) in Plastiksack im Rucksack
- Falls benötigt: Pampers, Feuchttücher
- Bei Bedarf: Trösterli (Stofftierli, Nuscheli, Nuggi etc.)
- Gesunder Znüni

### Im Winter und bei kalten Temperaturen in der Übergangszeit:

- Wasserfeste, gefütterte Wander- oder Winterschuhe (**keine** Gummistiefel)
- „Zwiebel-Look“: Thermo-Unterwäsche (Langärmeliges Unterleibchen, lange Unterhosen; **keine** Baumwolle), Faserpelz/Wollpullover etc. (bei Minustemperaturen und je nach Kälteempfindlichkeit des Kindes weitere Schichten anziehen).  
Die äusserste Schicht muss wind- und wasserdicht sein (Winterjacke, Skijacke /-anzug, Skihose oder gefütterte Regen hose)
- Warme, wasserfeste (Faust-)Handschuhe
- Schal und Mütze
- Nach Bedarf: Ersatz-Strumpfhose, Reservehandschuhe, zusätzlichen warmen Pullover im Rucksack

### Im Sommer und bei wärmeren Temperaturen in der Übergangszeit:

- Wasserfeste Wander- oder Trekkingschuhe
- Regen hose oder lange Hosen (mit Gummizug anstatt Latz, da geeigneter für WC-Gang)
- Langarm-Shirt (Zeckenschutz)
- Pullover oder Faserpelzjacke (ev. im Rucksack)
- Sonnenhut
- Zeckenspray und Sonnenschutzcreme **vor** dem Waldspielgruppenbesuch auftragen
- Bei Regen: wasserdichte Regenjacke, Regen hose, evtl. Gummistiefel