# Základní vybavení pro pobyt v lesní mateřské škole Envíček

*„Neexistuje špatné počasí, pouze špatné oblečení.“*

Během pobytu v Lesní mateřské škole budou děti potřebovat:

Na výpravy:

* batůžek s upravitelnou délkou popruhů a s prsním popruhem (tento batoh nosí dítě s sebou ven do lesa, nepřeplňujte jej prosím zbytečně těžkými věcmi).

Co je potřeba do batohu zabalit:

**V létě**

* náhradní ponožky a kapesníky
* nepromokavou bundu (pláštěnku)
* karimatkový podsedák
* nepropustná láhev na pití, pevnou krabičku na svačinu, sáček na poklady

**V zimě**

* náhradní ponožky, rukavice a kapesníky
* nepromokavou bundu (pláštěnku)
* karimatkový podsedák
* menší termosku, pevnou krabičku na svačinu, sáček na poklady
* termopolštářek

Do jurty:

- kartáček na zuby

- spacák a polštářek na odpolední odpočinek

- pyžamo

- přezůvky do jurty typu CROCS

- náhradní oblečení (2krát spodní prádlo, 2 páry ponožek, 2krát tepláky, 2krát tričko s dlouhým rukávem, mikina)

ostatní: repelent proti klíšťatům, opalovací krém

Oblečení

Oblečení prosím podepište.

**Letní období**

* Plné boty, za deště a bláta holínky. Do holínek ideálně vlněné ponožky, které nestudí ani za mokra. Na přezutí na hřiště lehké plátěnky / sandálky.
* Prodyšné oblečení s dlouhým rukávem a nohavicemi. V lese je chladněji, dlouhé světlé oblečení slouží navíc jako ochrana před sluncem, klíšťaty a poškrábáním od větví.
* Pokrývka hlavy
* Nepromokavá bunda, bláťáky a gumáky. Spodní vrstva - nejlépe funkční oblečení z hedvábí popř. kombinace merinovlna/bavlna/hedvábí.

**Zimní období**

* Boty nejlépe goretexové, vysoké. Dbejte na správnou velikost bot, z důvodu tepelného komfortu je vhodnější bota o číslo větší a dostatečně široká! Na přezutí lehké sněhule / zateplené holinky. Nezapomínejte na dostatek tlustých, nejlépe vlněných ponožek.
* Funkční vrstva: ideální jsou přírodní materiály jako merinovlna a hedvábí, popř. termoprádlo. Uplatňují se skvěle jako vnitřní vrstva nejbližší tělu. Klíčovou úlohou této vrstvy je odvádět vlhkost pryč od pokožky. I když se dítě zpotí, vlněné prádlo hřeje dál. Vlna má také samočistící schopnost a nepáchne.
* Střední, zateplovací vrstva: Jejím úkolem je vytvořit vzduchový prostor mezi pokožkou a izolační vrstvou. Napomůže Vašemu dítěti udržet optimální tělesnou teplotu. Vděčnými kusy oblečení jsou vlněné a fleecové svetry a mikiny. Při velkém chladnu je vhodné vrstvit více slabších zateplujících vrstev.
* Vnější, izolační vrstva: nepromokavé a prodyšné kalhoty s laclem, k tomu teplá prodyšná bunda. Za deště se sněhem taktéž nepromokavá. Overaly prosím ne, děti si budou bundu častěji vysvlékat. Na hlavu nejlépe kuklu, popř. vlněnou čepici a nákrčník. Na rozdíl od šály se nikam neplete a tak nehrozí nebezpečí zachycení za větve apod. Dva páry rukavic, z toho jedny nepromokavé.

Je velmi důležité pravidelně kontrolovat, zda není oblečení špinavé, roztržené apod.