



Kle barna rett i kulden

Det er ikke nok å kle barna slik voksne kler seg selv når gradestokken kryper under minus 10 grader. Små barn har dårligere varmeregulering og mer utsatt hud enn voksne.

HODET

Vindtett lue som dekker så godt som mulig, både panne, kinn og nakke.

SJEKK

Kjenn i nakken og på hendene, dersom barnet verken er svett eller kaldt er temperaturen bra.

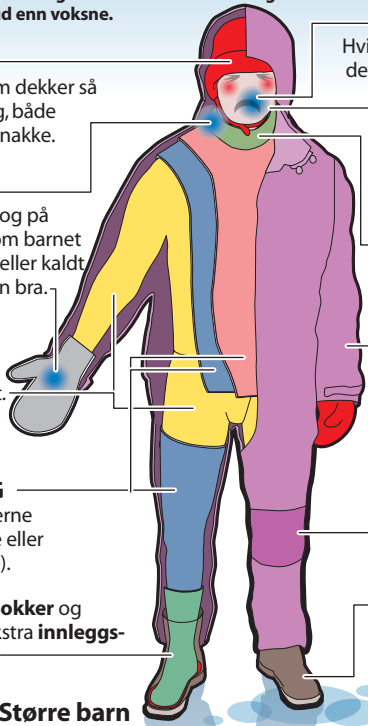
INNERST

Tynn ull innerst.

MELLOMLAG

Mer ull, eller gjerne fleece (ullfleece eller polyesterfleece).

Plass til **tykke sokker** og eventuelt en ekstra **innleggs-såle!**



SUR OG KALD

Hvis barnet blir sutrete, kan det også være en indikator på at barnet fryser.

Kuldekrem i ansiktet hvis det er veldig kaldt. Bruk kremer som ikke inneholder vann.

HALSEN

Løs hals er bedre enn skjerf.

YTTERST

Vann- og vindtette plagg som puster. **Parkdress** til de minste. Vindtette plagg bør alltid med på tur, gjerne med hette.

Gjerne **forsterkning** på knær.

SKO

som holder både kulde og vann ute. Føret vinterstøvel som puster.



Større barn

Bruk heller mange tynne, myke lag med klær enn få tykke.



Babyer

De minste babyene bør ikke tas med ut når det er under 10 minusgrader. Ikke smør babyens ansikt med kuldekrem.



DROPP PULKEN

Det er kaldere på bakken, og barn har frosset ihjel i pulk.