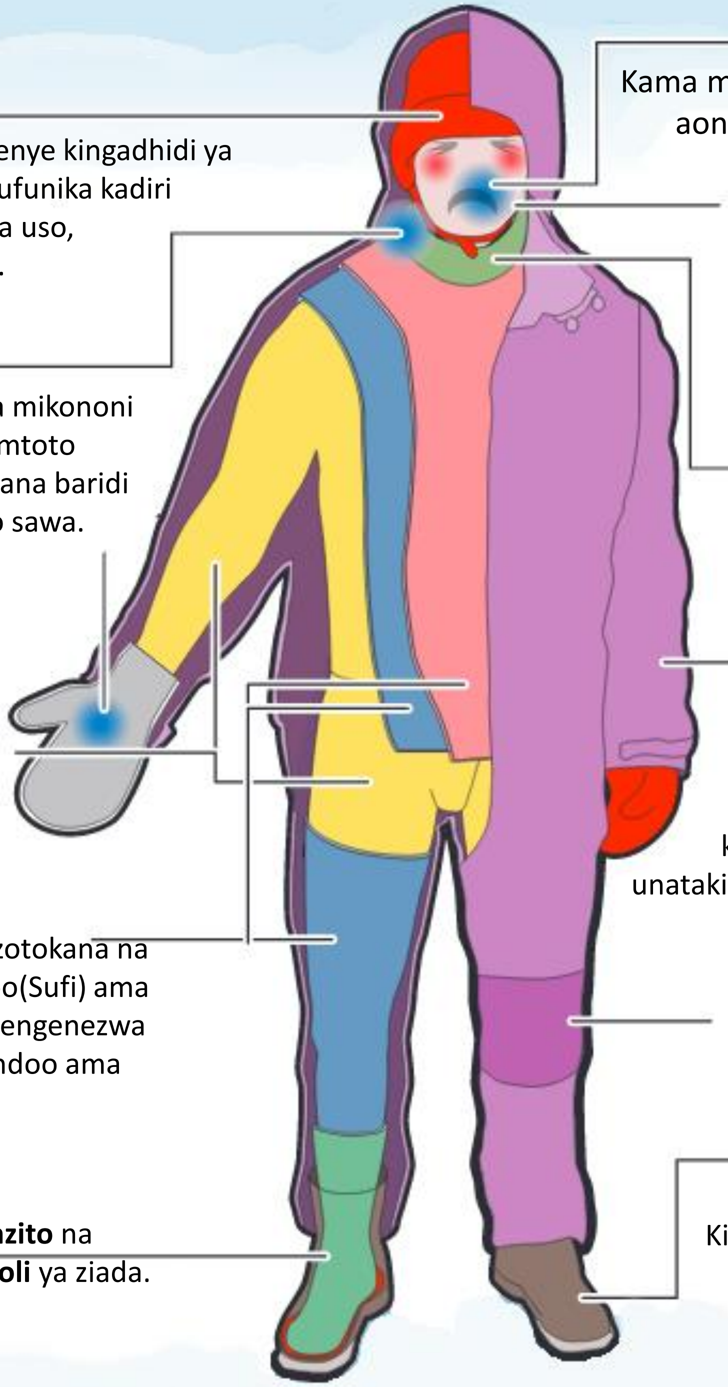
Swahili

Jinsi ya kumvalisha mtoto wakati wa baridi

Haitoshi kumvisha mtoto kama mtu mzima wakati kiwango cha joto kimeshukachini ya hasi 10 (-10). Watoto wadogo Hawawezi kudhibiti joto la miili yao kwa usahihi kama watu wazima.



Kichwa

Kofia ya kichwani yenye kingadhidi ya upepo inayoweza kufunika kadiri iwezekanavyo paji la uso, mashavu na shingo.

Angalia

Angalia shingoni na mikononi mwa mtoto. Ikiwa mtoto hatoki jasho ama hana baridi basi hali ya joto ipo sawa.

Ndani

Kwa ndani, Nguo zinazotokana na manyoya ya kondoo(Sufi).

Katikati

Ongeza Nguo zinazotokana na manyoya ya kondoo(Sufi) ama jaketi(jaketi Inayotengenezwa na manyoya ya kondoo ama jaketi ya polista).

Sehemu ya **soksi nzito** na ngumu na yenye **soli** ya ziada.

Kukasirika na Baridi

Kama mtoto amekasirikani dalili in aonesha kuwa mtoto amepata baridi.

Kama mtoto atakuwa amepata baridi usoni tu mia **krimu ya baridi** isiyokuwa na maji.

Shingo

Zungusha kitambaa katika sh ingo na ufunge kwa kulegeza.

Kwa nje

Nguo isiyopitisha maji na upepo lakini inaruhusu hewakuingia na kutoka. **Suruali ya gani** au **ovaroli** kwa ajili ya watoto. Siku zote unatakiwa kubeba nguo isiyopitisha upepo kipindi cha safari za matembezi ya nje.

Nguo inatakiwa kuwa **imara** kwenye magoti.

Kiatu

Kinachozuia baridi na maji. Kiatu cha baridi kinachopitisha hewa na kina safu ya ziada.

Mtoto mkubwa

Tumia nguo nyingi nyembamba na laini badala ya nguo nene.

Mtoto Watoto wachanga hawatakiwi kutolewa nje wakati kiwango cha joto kipo chini ya hasi 10 (-10) digiri. Usimpake usoni mtoto krimu ya baridi

Acha kuburuza begi la kulalia

Ni baridi kwenye ardhi, na watoto wanaweza kupata baridi hadi kufa.

Oslo kommune
Bydel Gamle Oslo
Familiehuset