

# Kleide deine Kinder richtig in der Kälte

Es ist nicht ausreichend Kinder anzuziehen wie Erwachsene, selbst wenn die Temperaturen bei mehr als -10 Grad liegen.

Kleine Kinder haben eine schlechtere Wärmeregulierung und ihre Haut ist den Witterungen mehr ausgesetzt als die der Erwachsenen

Tysk

-10°

## Kaltes Wetter

Beginnt ein Kind zu jammern, kann dies ein gutes Zeichen sein, dass das Kind friert

Kältecreme im Gesicht bei starker Kälte. Benutze Creme, die kein Wasser enthält.

## Hals

Ein Schlupfschal ist besser als ein normaler Schal

## Außenschicht

Wasser- und Windabweisende Kleidung, die atmet. Softshellanzug/Schneeanzug für die Kleinsten. Windabweisende Kleidung sollten immer mit auf Tour genommen werden und auch gern eine Kapuze haben.

Gern mit Verstärkung an den Knien

Schuhe müssen sowohl kälte- als auch wasserabweisend sein.

Gefütterte, atmungsaktive Winterstiefel

## Kopf

Windfeste Mütze, die möglichst viel von Stirn, Wangen und Nacken schützt.

## Kontrolliere

Windfeste Mütze, die möglichst viel von Stirn, Wangen und Nacken schützt.

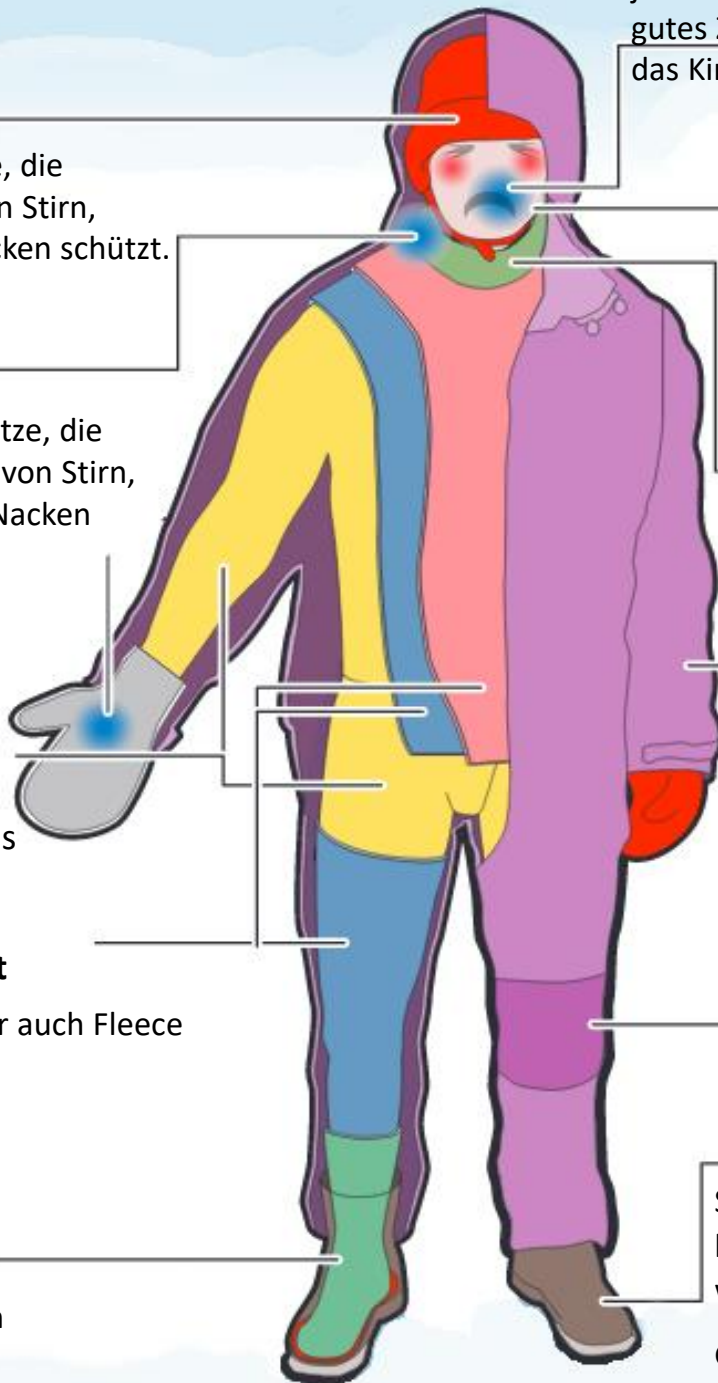
## Unterste Schicht

Dünne Wolle eignet sich gut als unterste Schicht

## Mittlere Schicht

Mehr Wolle, oder auch Fleece (Wollfleece oder Polyesterfleece)

In den Schuhen sollte Platz sein für dicke Socken und eventuell eine zusätzliche Einlegesohle.



Bei Temperaturen unter -10 Grad sollten sich die kleinsten Babys nicht draußen aufhalten. Babys Gesicht sollte nicht mit Kältecreme eingeschmiert werden. **Nicht den Pulk (Schlitten) benutzen.** In Bodennähe ist es kälter und Kinder haben im Schlitten sitzend bereits Erfrierungen erlitten.

Oslo kommune  
Bydel Gamle Oslo  
Familiehuset