



Ausrüstung für den Wald

Rucksack

In einem grössengerechten Rucksack (z.B. Waldfuchs 14l von Deuter):

- eine geeignete Trinkflasche (im Winter eine Thermosflasche mit wärmendem Tee drin)
- Ein Böxli, gross genug damit auch allenfalls die gebratene Wurst darin Platz findet und falls notwendig Besteck für das Zvieri
- je nach Wetterlage Regenschutz (Jacke und Hose)
- allenfalls eine Garnitur Ersatzkleider
- Sackmesser (ein Kindersackmesser darf mitgenommen, aber nur mit Anleitung von mir verwendet werden)

Kleidung

Ein mehrstündiger Aufenthalt im Wald stellt besondere Anforderungen an die Kleidung. Die Witterung und die Jahreszeit sind unbedingt zu berücksichtigen. Die Kinder verbringen den ganzen Nachmittag im Freien und müssen auch für eine kurzfristige Wetterverschlechterung ausgerüstet sein. Es ist sinnvoll, sich jeweils am Vortag auf den Wetter-Apps zu informieren. Ich empfehle das offizielle App der Meteo-Schweiz.

Sommerfell

Kopfbedeckung	Sonnenhut oder Dächlikappe oder Kopftüchlein
Oben	Langärmeliges T-Shirt Wollpullover oder weiche Fleecejacke
Unten	Leggings oder dünne lange Hose
Schuhe	Leichte Schuhe oder Wanderschuhe

Je nach Wetterlage bitte einen leichten Regenschutz inkl. Regenhose einpacken. Die Kinder werden schon zu Hause mit Sonnenschutz eingecremt und mit Zeckenschutz eingesprüht. Gute Erfahrungen habe ich auch mit einreiben von Bio-Kokosfett oder der Zecken-Nosode (Homöopathie) gemacht.

Herbst- und Frühlingsfell

Kopfbedeckung	Dünne Baumwollmütze
Hals	Dünner Baumwollschal
Oben	Langärmeliges T-Shirt (Wolle oder Thermounterwäsche) Wollpullover oder weiche Fleecejacke Dicker Wollpullover/Softshelljacke/dicke weiche Fleecejacke Regenjacke, evtl. gefüttert (je nach Wetterlage)
Unten	Dünne Leggings (Wolle oder Thermounterwäsche) Outdoorhose oder bequeme Hosen aus Baumwolle (einfach zu bedienender Verschluss zur Vereinfachung des Toilettengangs) Regenhose, evtl. gefüttert (je nach Wetterlage)
Schuhe	Kniesocken (aus Wolle oder Wandersocken) Wasserdichte Trekking-/Wanderschuhe (Gore-Tex-Membran)

Bitte bei Regenwahrscheinlichkeit den Regenschutz inkl. Regenhose einpacken.

Waldbären – Bärenstark im Wald

Monika Kozomara | Lättenstrasse 14 | 5242 Birr

www.waldbaeren.ch | +41 79 317 61 91 | monika.kozomara@gmx.ch



Winterfell

Kopfbedeckung	Wollmütze, Kopfhaube unter der Kappe bewährt sich auch bei eisiger Kälte
Hals und Hände	Wollschal und wasserdichte Handschuhe (Reima/Jako-o)
Oben	langärmeliges T-Shirt (Wolle oder Thermounterwäsche) Wollpullover oder weiche Fleecejacke dicker Wollpullover/Softshelljacke/dicke weiche Fleecejacke gefütterte Regenjacke (bei nassem Wetter)
Unten	dünne Leggings (Wolle oder Thermounterwäsche) dicke Wollhose (gestrickt oder gewalkt) gefütterte Regenhose (bei nassem Wetter) oder Softshellhose auch Skihose ist im Winter möglich, dann allerdings ohne Wollhose
Schuhe	Kniesocken (aus Wolle am Besten) Wasserdichte Trekking-/Wanderschuhe (Gore-Tex-Membran)

Bitte am Besten keine Spielsachen mitbringen, bei Verlust oder Beschädigung von persönlichen Gegenständen lehnt die Geschäftsleitung jegliche Haftung ab.