

## JAK VYBAVIT DÍTĚ DO BAŽINKY

*Každý den jsme v kontaktu s vodou, blátem, lezeme po stromech, vyřezáváme, ohříváme se u ohně a chodíme ven za každého počasí. Na to je potřeba myslet při výběru vybavení, počítat s větší mírou jeho opotřebením a také na to, aby se dítě dokázalo co nejvíce obsloužit samo.*

### Batoh a jeho obsah

- Batoh, který dítěti dobře sedí na zádech, s hrudní přezkou, kterou dítě umí rozepnout
- Krabička na svačinu úměrné velikosti, kterou dítě dokáže obsluhovat samo.
- Láhev, kterou dítě dokáže obsluhovat samo, na chladnější období malou termosku.
- Papírové kapesníky.
- Pláštěnka
- Náhradní ponožky a spodní prádlo v igelitovém sáčku, v zimě náhradní rukavice
- Prosíme nedávejte dětem do batůžků bonbony a žvýkačky.

### Oblečení - VŽDY PODEPSANÉ

Důležitým faktorem při výběru oblečení je, aby dítě nebylo omezené v pohybu, např. počtem vrstev a nebo nepadnoucím oblečením.

- Teplé počasí

K ochraně před sluncem, poškrábáním a klíšťaty doporučujeme oblékat dětem dlouhé nohavice a rukávy. Dobrým materiálem je merino, ale stačí i bavlna. Nezbytná je pokrývka hlavy, nejlépe chránící i krk. Repelent a krém s UV faktorem uložit do krabičky ve skřínce.  
Plné boty, gumáky, na přezutí sandále.

- Chladné počasí

V zimě platí zásada cibulovitého vrstvení, tj. víc vrstev, které se mohou podle potřeby měnit, vysvlékat nebo oblékat.

1. Spodní vrstva: Nejlépe merino či funkční prádlo. Udržuje tělo v suchu a i když navlhne, tak stále hřeje.
2. Prostřední vrstva: Fleece nebo vlna. Udržuje teplo.
3. Vrchní vrstva: Slouží jako ochrana proti větru a dešti. Doporučujeme softshell, do deště hardshell, pogumované oblečení nebo pláštěnku.
4. Boty doporučujeme vysoké, nejlépe goretex. Na přezutí zateplené gumáky. Důležitá je správná velikost bot. Pro lepší tepelný komfort je vhodnější bota o číslo větší a dostatečně široká.

### Doporučení na oszkoušené značky od rodičů a průvodců:

- Nepromokavé oblečení: Kozi Kidz, Minymo, Playshoes, CeLaVi, Kiba, Reima, LIDL
- Obuv: Keen - mají i řadu CNX, kompromisní mezi barefoot a klasickou obuví.  
Jonap - barefoot  
Superfit - klasické boty  
Demar Mammut - GUMÁKY, odlehčené, s prateľnou vyjímatelnou vlněnou vložkou.
- Batohy – přezky jdou dobře rozepnat dětem u batohů Deuter a Boll

### Věci uložené ve skřínce v domečku

- Odpolední svačina a pití (druhá láhev s vodou)
- Gumové oblečení
- Gumáky
- Přezůvky, které si dítě dokáže nasadit samo i se silnějšími ponožkami v zimě
- Náhradní oblečení: spodní prádlo, ponožky, kalhoty, tričko s krátkým a dlouhým rukávem, mikinu, v zimě čepici, rukavice. Každý den zkontrolovat, jestli je kompletní.
- *Velké triko s dlouhými rukávy nebo zástěra (v označeném sáčku) – na výtvarku a pečení (ochrana oblečení)*

### Odpočívání

- Spací pytel, polštář a plyšák (spacák máme i k celoročnímu zapůjčení)
- V letním období lehká deka