

Praktische Waldtipps



Kleidung

- * Im Wald ist es oft kühler als unter freiem Himmel und der Boden bleibt lange feucht.
- * Kleider sollten grundsätzlich bequem sein und genügend Bewegungsfreiraum lassen.
- * Kleider müssen schmutzig werden dürfen, ein Riss in der Hose sollte nichts ausmachen.
- * „Zwiebelschalenprinzip“: mehrere Kleidungsschichten anziehen/mitnehmen, anstatt eine dicke Jacke, so kann das Kind sich nach Bedarf an- und ausziehen.
- * Regenhose und -jacke immer einpacken. Praktisch sind «Gummi-hosen». Diese sind auch bei starkem Regen dicht und halten einiges aus.
- * Speziell im Sommer: leichte, langärmelige Kleidung, Sonnenhut oder sonstige Kopfbedeckung.
- * Im Winter: dicke Fausthandschuhe mit langem Schaft, gut sitzende Mütze.

Schuhe

- * Immer geschlossene Schuhe tragen: sie bieten auch im Sommer einen besseren Schutz vor Verletzungen und Zecken.
- * Bewährt haben sich Wanderschuhe mit Membran (z.B. Gore-tex). Damit haben die Kinder guten Halt und nicht so schnell kalte oder nasse Füße.
- * Gummistiefel sind besonders in der kalten Jahreszeit ungeeignet, da die Füße darin rasch auskühlen.

Rucksack

- * Gut sitzender Rucksack mit Brustklicker und Deckel, der Körpergröße des Kindes angepasst.
- * **Essgeschirr in einem Sack: Suppenteller oder Chacheli, Löffel, Gabel.**
- * Znüni und Ztrinke.
- * Fast immer: Regenkleider
- * Wasserdicht eingepackte Ersatzkleider: Socken, Unterwäsche, Leggings, evtl. Pulli. Zudem im Winter zwei Paar Ersatz-Handschuhe.
- * Falls nötig Ersatz-Windel.
- * Bitte alles mit dem Namen des Kindes anschreiben.
- * Ein Plüschtierli darf mitkommen, wenn es dem Kind bei der Ablösung hilft. Es sollte im Rucksack gut Platz haben, damit das Kind unterwegs die Hände frei hat.

Essen

- * Znüni in einem Tupperware mitnehmen, damit es trocken bleibt und evtl. wieder mit nach Hause genommen werden kann.
- * Bitte packt ein gut bemessenes Znüni ein, spielen im Wald macht hungrig.
- * Ideal ist **Gemüse, Sandwich, Früchte, Riegel, Nüsse** etc. Weniger ideal sind Schoggi, Chips etc.
- * Im Winter werden Früchte schnell sehr kalt, Zitrusfrüchte kühlen zusätzlich.
- * Immer genügend Getränke mitgeben; im Winter ist warmer Tee ideal. Falls keine Thermosflasche vorhanden ist, kann die normale Flasche mit einer Wollsocke warmgehalten werden.
- * Beim Mittagessen im Wald gilt: „Es git, was het“.

Sicherheit und Gesundheit

- * Für den Notfall haben wir ein Handy sowie eine Apotheke inkl. Notfallblätter dabei.
- * **Allergien und Krankheiten** bitte immer mitteilen. **Essensunverträglichkeit drei Tage vor dem 1. Tag melden.**
- * Meldet euer Kind vorgängig beim Leitungsteam ab, wenn es nicht in den Wald kommt.
- * Bitte informiert uns, wenn euer Kind von einer uns unbekannten Person abgeholt wird (z.B. Grosseltern).

Abholen & Bringen

- * Wir treffen uns am Waldrand bei der «Schiiterbiigi».
- * Bitte kommt zu Fuss, mit dem Velo oder organisiert euch in Fahrgemeinschaften.
- * Haltet euch an die Zubringerdienste und nutzt die blauen Zonen, wenn ihr mit dem Auto kommt.
- * Fahrt bitte aus Rücksicht auf die QuartierbewohnerInnen langsam.
- * Der Spielplatz zwischen Eggwaldstrasse und Treffpunkt ist privat und darf nicht genutzt werden.

Zecken & Fuchsbandwurm

- * Schutz vor Zecken ist Sache der Eltern. Informationen findet ihr z.B. auf der Website des BAG.
- * Das Risiko eines Zeckenbisses kann durch das Auftragen von Zeckenspray und durch entsprechende Kleidung minimiert werden: geschlossene Schuhe, möglichst anliegende, langärmelige Kleidung. Hosen können in die Socken gesteckt werden. Auf heller Kleidung sind Zecken besser sichtbar.
- * Es lohnt sich Zuhause umzuziehen und nach Zecken gründlich ab zu suchen. Die Zecken sind vom frühen Frühjahr bis im späten Herbst aktiv.
- * Wenn eine Zecke zugebissen hat: mit einem Zeckenzange oder Pinzette sorgfältig entfernen, Hautstelle desinfizieren, Datum und Ort am Körper notieren und beobachten. Bei Fieber oder Auftreten eines roten/weissen Kreises ärztlichen Rat einholen.
- * Wir informieren euch, wenn bei eurem Kind während der Waldzeit eine Zecke entfernt wurde.
- * Vor dem Znüni und Zmittag werden die Hände gewaschen.
- * Essbare Kräuter und Beeren werden vorzugsweise gekocht oder zumindest gut gewaschen.

Mücken

- * Die Mücken sind im Eggwald teilweise sehr aktiv.
- * Wählt ein Mückenspray oder andere Mittel (Kokosöl, Schwarzkümmel...).
- * Bewährt haben sich eingesprays langärmelige Kleider, Sonnenmützen und Halstücher.
- * Wir essen teilweise unter dem Mückennetz Znüni und Zmittag, versuchen die Mücken mit Antibrumm, Düften und Rauch zu vertreiben.
- * Wir sprühen den Kindern kein Antibrumm o.ä. auf die Haut. Lasst uns wissen, wenn wir eurem Kind kein Antibrumm auf die Kleider auftragen dürfen.

Toilette

- * Wir achten und schützen die Intimsphäre des Kindes beim Toilettengang und beim Wickeln.
- * Wir wickeln die Kinder im Stehen. Bitte gebt als Ersatz darum keine Windelhöschen mit.
- * Wir unterstützen die Kinder beim Toilettengang, wenn sie dies benötigen oder wünschen. Wir leiten sie dabei zu immer mehr Selbständigkeit an.
- * Es entlastet die Kinder und auch das Leitungsteam, wenn sie etwas Übung darin haben, draussen Pippi zu machen. Wir bitten euch, dies mit eurem Kind zu thematisieren und zu üben.

Elterninformationen

- * Wichtige Infos werden per E-Mail oder Zettel frühzeitig kommuniziert.
- * Mehrmals jährlich informiert die Waldpost über die verschiedenen Aktivitäten des Vereins.
- * Nach den Herbstferien eine Elterninfo zum Thema Winter statt.
- * Im Januar bieten wir Austauschgespräche an.
- * Gerne dürft ihr euch jederzeit mit euren Fragen und Anliegen an uns wenden. So können wir einen Gesprächstermin vereinbaren.

Ferien

- * Wir richten uns nach den Schul- und Kindergartenferien Worb. Zusätzlich findet die Spielgruppe auch während der Sportwoche der Gemeinde Vechigen nicht statt.
- *
- * Angelika 078 922 77
Tanja 078 739 23 55