

Orientierungshilfen für den Waldtag

**Frühstück wird bis 9:00h in einer Kühltruhe gelagert:**

* Bitte zuckerfrei!
* Brote (Käse, Wurst, Aufstriche)
* Salz-, Sesamstangen oder Brezeln
* Laugenbrezel bzw. Stange
* Reiswaffel (ohne Schokolade!)
* Knäckebrot
* Kräcker-/Knuspertiere
* Käse- oder Wurststückchen
* Obst:
	+ In der Wespenzeit bitte nur ungesüßtes Trockenobst (Dörrautomat ausleihbar bei Eltern)
	+ Apfel
	+ Banane
	+ Trauben
	+ Erdbeeren
	+ Orange
	+ Mandarine
	+ Rosinen
* Gemüse:
	+ Gurke
	+ Tomate
	+ Mais
	+ Paprika …
* Regeln bei Teilen:
	+ Teilen ist grundsätzlich erwünscht
	+ Wenn ein Kind nicht teilen möchte ist dies auch in Ordnung, jedoch darf es dann auch nicht bei einem anderen Kind mitessen
	+ Es soll immer vorher gefragt werden, bevor man sich etwas nimmt oder man jemandem etwas abgibt (nicht einfach in die Dose legen)
	+ Das letzte Stück darf „nicht geteilt“ werden 🡪 „ich möchte den Rest allein essen“
	+ Beispiel: Kind A teilt mit Kind B; dann darf Kind A sich bei Kind B etwas aus der Dose aussuchen (nicht das Kind B das aussucht, was es nicht mag)
* Wahl der Behälter
	+ Für die kalten Tage haben sich Thermobehälter bewährt
	+ Sonstige Dosen sollten so gewählt sein, dass das Kind nicht zu viele einzelne Dosen hat, jedoch auch nicht so groß sein, dass sonst kein Platz mehr im Rucksack ist.

**Kleidung:**

* Gummistiefel oder Waldschuhe sollten einen kleinen Absatz haben, damit das Gummiband der Matschhose nicht abrutscht
* Softshell ist nur kurzzeitig wasserabweisend
* Lieber mehrere dünne Lagen (Wolle-Seide, Merino), statt weniger dicke, da die Kinder sonst in ihrer Bewegung stark eingeschränkt sind
* die Kleidung sollte nicht zu groß sein
* Hosen nach Möglichkeit mit Hosenträgern
* Handschuhe:
	+ Wasserdichte Handschuhe
	+ Fingerhandschuhe werden nur angezogen, wenn die Kinder es können 🡪 Sonst bitte Fäustlinge
	+ Ggf. ein Paar Handschuhe in Ersatz (Rucksack oder Kiste)
* Ersatzkleidung:
	+ Eine komplette Garnitur den Witterungen/Jahreszeiten angepasst (Matschsachen, Unterwäsche, Socken, Hose, Oberteil, Schuhe, Schal, Mütze, Handschuhe)