



# Im Wald

## Kleidung

- gutes Schuhwerk z.B. wasserfeste Wanderschuhe oder Trekkingschuhe
- lange Hose (Zeckengefahr)

## Kleidung bei schlechtem oder kaltem Wetter

- Regenhose und Regenjacke als Schutz vor Nässe und Schmutz.
- Idealer Kopfschutz bei Regenwetter bietet ein Hut oder Dächlikäppi unter der Kapuze.
- Plastiksäckli über die Socken angezogen isolieren und schützen vor Nässe und Kälte.

## Kleidung im Winter

- mehrere dünne Schichten schützen besser als wenig Dicke.
- atmungsaktive, langärmelige Unterwäsche.
- warme Schuhe mit gutem Profil.
- Regenhose über die Winterkleidung.
- Ersatz-Handschuhe im Rucksack.

## Mitnehmen

- Rucksack mit Brustgurt, damit er nicht von den Schultern rutscht.
- Ztrinke

## Wichtig

- Zeckenspray vor dem Waldbesuch.
- nach dem Waldbesuch bitte das Kind möglichst rasch nach Zecken untersuchen.
- Sackmesser nur mitnehmen, wenn die Kinder damit schon umgehen können.