

AKO OBLIEKAŤ DIEŤA PODĽA TEPLOTY

Platí pre dieťa, ktoré je vonku v pohybe. Sedí v kočiaku alebo na sánkach? Pridajte jednu vrstvu.

NAD 20 °C

NA TELO

tričko s krátkym rukávom

NAVRCH

nič, ráno tenká mikina

DOLU

šortky, sukňa, ľahké nohavice

TOPÁNKY A DOPLNKY

tenisky alebo sandále, šiltovka

15–20 °C

NA TELO

tričko + tenká mikina na zips

NAVRCH

nič

DOLU

ľahké nohavice, legíny

TOPÁNKY A DOPLNKY

tenisky

10–15 °C

NA TELO

tričko s dlhým rukávom + mikina

NAVRCH

ľahká bunda, šuštiak alebo softshell

DOLU

nohavice, do mokra softshellové

TOPÁNKY A DOPLNKY

uzavreté topánky, vo vetre tenká čiapka

5–10 °C

NA TELO

tričko s dlhým rukávom + mikina alebo fleece

NAVRCH

softshell alebo slabšia zateplená bunda

DOLU

nohavice + nepremokavé cez ne

TOPÁNKY A DOPLNKY

nepremokavé topánky, tenká čiapka a rukavice

0–5 °C

NA TELO

tričko s dlhým rukávom + fleece, pod nohavice pančucháče

NAVRCH

zimná bunda

DOLU

zateplené nohavice alebo nepremokavé cez bežné

TOPÁNKY A DOPLNKY

zimné topánky, čiapka, nákrčník, rukavice

–5 AŽ 0 °C

NA TELO

tričko s dlhým rukávom + fleece alebo vlnený sveter

NAVRCH

zimná bunda alebo kombinéza

DOLU

otepl'ovačky

TOPÁNKY A DOPLNKY

zimné topánky, teplé ponožky, čiapka, nákrčník, palčiaky

POD –5 °C

NA TELO

termoprádlo z vlny alebo merina + fleece

NAVRCH

kombinéza alebo bunda s otepl'ovačkami

DOLU

otepl'ovačky

TOPÁNKY A DOPLNKY

zimné topánky, vlnené ponožky, kukla, nákrčník, palčiaky

5 PRAVIDIEL, KTORÉ PLATIA VŽDY

- Obliekajte na 10:00, nie na 7:30.** V škole sa chodí von hlavne doobeda. Ranný chlad vyrieši mikina na zips.
- Fúka alebo prší? Chod'te o riadok nižšie.** Desať stupňov a vietor je skôr päť stupňov.
- Kto sedí, potrebuje vrstvu navyše.** Kočík a sánky áno, dieťa, ktoré behá, nie.
- Mokro je horšie ako zima.** Náhradné ponožky a tričko vždy do batoha.
- Siahnite za krk, nie na ruky.** Teplý a suchý = OK. Spotený = uberte. Studený = pridajte.