

Guide pour habiller votre enfant pour l'hiver

À l'approche de l'hiver, nous nous sommes préparés à affronter le froid et la neige. Nous prévoyons de passer plus de temps à l'extérieur cet hiver et d'honorer le règlement stipulant que les enfants doivent sortir chaque jour. Ce document vous aidera à acheter de nouveaux vêtements, équipements et matériel pour l'hiver prochain. Nous savons que certains d'entre vous ont peut-être déjà fait des achats, mais si ce n'est pas le cas, veuillez consulter ce guide informatif pour vous aider à faire des achats qui permettront à votre enfant de rester au chaud, au sec et heureux dans la neige. Ce guide donne aussi des exemples de marques et de magasins où vous pouvez trouver l'équipement nécessaire. J'ai inclus dans ce document toutes les connaissances, les conseils et les trucs que j'ai appris au cours de mes années en tant qu'instructeur d'école forestière.

La sécurité des enfants est notre priorité numéro un. Nous savons que les enfants sont résilients, nous croyons également qu'il est de notre devoir de les aider à apprendre comment s'habiller et se comporter à l'extérieur afin qu'ils puissent profiter du temps qu'il fait au Manitoba toute l'année. Lors des froides journées d'hiver, nous irons quand même à l'extérieur chaque jour, dans la mesure du possible, et nous ajusterons la durée en conséquence. Nous nous assurerons que les enfants sont bien habillés et portent tout ce que les parents leur fournissent. C'est pourquoi il est crucial que les parents apportent les vêtements d'hiver de leurs enfants et s'assurent qu'ils sont préparés chaque jour. Nous surveillerons leur visage et toute peau exposée pour déceler tout changement de couleur ou tout signe de froid. Nous veillerons à ce que les enfants gardent leurs vêtements d'hiver afin qu'ils soient protégés des éléments. Nous ferons des pauses pour nous réchauffer dans le bâtiment si nécessaire et nous retournerons à l'intérieur si la température devient trop élevée. Nous encouragerons les enfants à être résilients et les aiderons à s'acclimater au temps plus froid. Nous prendrons les commentaires et les plaintes au sérieux, mais nous pensons qu'un petit coup de froid est quelque chose qui peut être surmonté tant que les conditions ne présentent aucun danger pour l'enfant.

Habit de neige

Les combinaisons de neige doivent être **imperméables et isolées**. Elle peut être d'une ou de deux pièces. Si votre enfant est petit et passe du temps à s'allonger, à rouler ou à glisser dans la neige, une combinaison une pièce est plus pratique et empêchera probablement la neige d'entrer. Assurez-vous que le pantalon couvre les bottes lorsque votre enfant bouge et se penche, et que l'élastique s'adapte au-dessus de la botte.

Bottes

Les bottes d'hiver doivent être **isolées et imperméables**. En achetant une ou deux tailles de plus que nécessaire, vous vous assurez qu'il y a de la place pour une chaussette chaude et créez un "espace mort" entre le pied de votre enfant et l'extérieur de la botte, créant ainsi une barrière supplémentaire contre le froid.

Mitaines

*Les mitaines sont préférables aux gants, car le fait de garder les doigts ensemble conserve la chaleur. Les mitaines doivent être **imperméables et isolées**. Il est préférable d'avoir des mitaines qui peuvent facilement s'ajuster sur l'habit de neige et se resserrer pour empêcher la neige d'entrer. Une deuxième option serait une grande mitaine qui se glisse confortablement sous la manche de la veste. Si votre enfant enlève souvent ses moufles, prenez une vieille chaussette chaude pour adulte, découpez un espace pour le pouce et les doigts et placez-la par-dessus les moufles de l'enfant et les manches de la veste pour les fixer.*

Chapeau/toques

Les chapeaux doivent être bien **ajustés sur les oreilles** de l'enfant. Il est préférable d'avoir un chapeau qui s'adapte sous une capuche pour une protection supplémentaire, les pompons sont donc déconseillés. Les bonnets en polaire ou autre tissu lisse sont préférables aux bonnets en tricot ou en laine, car ceux-ci sont saturés de neige et restent humides pendant de longues périodes. Il est important de s'assurer que le chapeau couvre les oreilles. Si vous trouvez que les chapeaux de votre enfant tombent souvent, ou si votre enfant est trop petit pour ajuster un chapeau qui ne couvre pas ses oreilles, cela peut être une bonne option pour vous.

Cache-cou

Les cache-cous sont fort préférables aux foulards. Les cache-nez doivent être suffisamment serrés pour rester en place sur le nez pendant les jours de grand froid et de grand vent. La laine polaire est un bon tissu pour les cache-cols. Certaines des meilleures options que j'ai vues étaient en fait une combinaison d'un chapeau et d'un cache-cou. Certaines ont même un tissu qui couvre la poitrine et le dos pour les enfants qui vont vraiment s'enfoncer dans la neige.

Bas

Une bonne chaussette chaude est vraiment importante pour garder les pieds de votre enfant au chaud s'ils ont facilement froid. Vous pouvez simplement ajouter une chaussette chaude en polaire ou en laine par-dessus les chaussettes qu'il porte, ou envoyer des chaussettes en laine mérinos ou autre matière chaude absorbante et les placer comme couche de base sous une chaussette chaude. Veillez à ce que les chaussures de votre enfant ne soient pas trop serrées avec les chaussettes chaudes.

Si votre enfant a toujours froid :

Les couches de base sont un excellent moyen de s'assurer que votre enfant reste au chaud pendant de longues périodes de temps à l'extérieur. Elles sont généralement fabriquées en laine mérinos ou dans d'autres tissus synthétiques. Elles doivent être bien ajustées au corps et portées contre la peau, en dessous de tout le reste. Ils existent en différents niveaux de chaleur, assurez-vous donc d'acheter le bon.

Bons achats



MEC Toaster Suit

Ces habits de neige est durable avec des genoux renforcés, des élastiques autour des manches et des jambes du pantalon pour empêcher la neige d'entrer. Elles possèdent également une couture intérieure que vous pouvez laisser s'ouvrir pour allonger la combinaison afin de répondre aux poussées de croissance.

~\$160 +



Columbia Buga II Snowsuit



STONZ ~\$50

Ces mitaines sont durables, imperméables et chaudes. Ils sont faciles à mettre sur les mains et on un élastique qui serre pardessus la manche.



Jan & Jul (Amazon)

~\$26



Lox Lion ~\$50

Ces combinaisons cache-cou et chapeau sont si faciles et pratiques. Cette marque offre également une couverture de la poitrine et du dos, ce qui est très utile pour les chutes dans la neige. L'ouverture est réglable afin que vous puissiez la resserrer pour empêcher la neige d'entrer. Le pompon s'enlève également pour que vous puissiez toujours porter une capuche.

~\$50



Amazon ~\$20



MEC et Costco sont de bonnes options pour l'achat de cache-cou. La laine polaire est un bon tissu. Il garde le visage au chaud tout en permettant de respirer facilement à travers. Il est préférable d'en avoir 2 ou 3 à disposition car ils peuvent être mouillés par la condensation ou le mordillement. Si vous en avez d'autres, nous pouvons les échanger jusqu'à ce que les autres soient secs.

Disponible en ligne ou en magasin.

~\$5-\$15



Les bottes STONZ sont un bon exemple de bottes. BOGS est une autre marque fiable. Les bottes STONZ sont légères mais chaudes. Elles sont assez faciles à enfiler par les petits et offrent une bonne adhérence grâce à leurs semelles antidérapantes. Elles sont suffisamment épaisses autour de la cheville pour que la plupart des élastiques des combinaisons de neige se resserrent dessus afin d'empêcher la neige d'entrer.

Disponible en ligne ou en magasin.

~\$60-\$70



Des conseils supplémentaires :

- De nombreux sites web offrent des réductions sur votre première commande.
- Si vous ne voulez pas investir dans deux bonnes paires de moufles, investissez dans une seule et achetez des paires abordables en guise d'appoint. Tout est mieux que rien.
- Veuillez étiqueter tous les articles de vos enfants afin qu'ils ne disparaissent pas.
- Beaucoup de ses vêtements peuvent être utilisés plusieurs fois et par de différents enfants. Acheter-les en couleurs neutre si vous préférez.
- Si vous faites du ski/snowboard : envoyez les lunettes de votre enfant avec lui. Elles sont très utiles contre le froid et le vent.