

Snøbading 2018

-Vi tøyer noen grenser-



Vi liker å gjøre litt som er utenfor «boksen» i vår barnehage, så hvert år har vi snøbading med de største. 17 femåringer har grugledet seg et helt år til denne dagen! I fjor var det de som stod i vinduet og kikket med skrekkblandet fryd på de som turte å ta på seg badedrakt eller shorts å gå ut i snøen og kulda. Noen var sågar så tøffe at de turde å rulle seg rundt i snøen og ake på matte ned akebakken. Det er helt frivillig å bade, men de fleste blir som regel med. Man kan bli med på badinga med klær på også hvis man vil. Denne gangen kom alle i badetøy 😊 Etter endt bading er det godt med en varm dusj, pizza og film i sofaen på personalrommet. Vi har vinterlek- uke i barnehagen hvert år, og denne gangen la vi snøbadinga inn i programmet.



Snøbad



- 1) Du må ståls sette deg. Det er et høydepunkt at du klarer å råde over deg selv.
- 2) Du blir så sjokkert at du glemmer all bekymring om fortid og fremtid. Det viktigste skjer «her og nå».
- 3) Vekslingen mellom varmt og kaldt, for eksempel hvis du har tilgang på en badstu eller varm dusj, gjør deg avslappet.
- 4) Du får en varm etterglød i huden.