

До какой температуры зимой гуляют с детьми



Педиатры рекомендуют гулять с малышами младше 6 месяцев при температуре воздуха не ниже -6°C . С детьми постарше, 6-12 месяцев, можно отправляться на улицу, если столбик термометра показывает -10°C . С ребёнком старше года допустимы продолжительные — дольше 1 часа — прогулки при температуре воздуха не ниже -15°C , если малыш хорошо ходит и активно двигается на улице. Подвижным детям старше 5 лет можно гулять и при -20°C , если на улице солнечно и безветренно.

Совет родителям. Устанавливая минимально допустимую температуру воздуха для прогулки с ребёнком, учитывайте особенности своего региона. Даже довольно низкую температуру при низкой влажности дети перенесут легче, чем температуру более высокую, но и при высокой влажности.