



**Newcomer Navigator NL** es una plataforma práctica y fácil de usar, diseñada para apoyar a los recién llegados mientras se establecen en Newfoundland y Labrador. Ofrece información importante y conexiones útiles para que tu proceso de adaptación sea más sencillo.

Creada por **Collective Interchange** y financiada por **Oficina de Inmigración y Multiculturalismo de Newfoundland y Labrador**. Visita: [www.newcomernavigatornl.ca](http://www.newcomernavigatornl.ca)



---

## Guía sobre cómo vestirse al venir a vivir a Terranova y Labrador

---

**La provincia de Newfoundland y Labrador**, está ubicada en la región atlántica de Canadá y experimenta las cuatro estaciones del año: primavera, verano, otoño e invierno, cada una con sus propias características de temperatura.

**El invierno es la estación que más impacta a las personas recién llegadas**, ya que muchas no están acostumbradas a temperaturas bajo 0 °C, vientos fríos que intensifican la sensación térmica y días muy cortos, con el anochecer alrededor de las 4:30 p.m. a mediados de diciembre.

A continuación, te damos algunas recomendaciones para prepararte para cada estación y disfrutarlas al máximo, **si cuentas con la ropa adecuada y comprendes los cambios que trae cada época del año:**

### 1. Primavera (Marzo a Mayo)

**Clima:** La primavera comienza con frío, ya que el invierno está terminando y esta estación avanza de forma lenta e impredecible, con temperaturas que oscilan entre 0 °C y 10 °C. A medida que avanza la estación, las temperaturas suben gradualmente.

**Características:** La nieve comienza a derretirse, pero aún pueden ocurrir nevadas. El deshielo genera charcos y carreteras resbalosas. La vegetación empieza a brotar y los días se alargan poco a poco.

### **Cómo vestirse:**

- **Capa exterior:** Chaqueta ligera o impermeable para las lluvias ocasionales.
- **Ropa intermedia:** Suéteres de lana o chaquetas para el frío variable.
- **Ropa base:** Camisetas y camisas de manga larga.
- **Pantalones:** Jeans o pantalones cómodos.
- **Calzado:** Zapatos impermeables o botas ligeras.
- **Accesorios:** Bufanda ligera y guantes.

## **2. Verano (Junio a Agosto)**

**Clima:** Veranos frescos y agradables, con temperaturas que oscilan entre los 10 °C y 20 °C, y ocasionalmente un poco más cálidas. Ocasionalmente superan los 25 °C.

**Características:** Los días son largos y soleados. Es la estación más seca, con temperaturas que permiten disfrutar de actividades al aire libre. La vegetación está en pleno crecimiento y la fauna muy activa.

### **Cómo vestirse:**

- **Capa exterior:** Chaqueta ligera o impermeable para posibles lluvias.
- **Ropa intermedia:** Suéteres o chaquetas ligeras para las noches frescas.
- **Ropa base:** Camisetas, camisas, vestidos, pantalones cortos.
- **Pantalones:** Jeans, pantalones livianos.
- **Calzado:** Sandalias o zapatos cómodos.
- **Accesorios:** Gafas de sol, protector solar y sombrero.

## **3. Otoño (Septiembre a Noviembre)**

**Clima:** El otoño trae temperaturas que descienden gradualmente de alrededor de 10 °C a 0 °C, con noches frías.

**Características:** Las hojas cambian de color, ofreciendo paisajes espectaculares en tonos rojos, amarillos y anaranjados. Comienzan a caer de los árboles. Las lluvias son frecuentes y el clima puede ser variable, con días soleados intercalados con tormentas.

**Nota:** Esta es una guía informativa. Utilice siempre los canales oficiales del Gobierno de Canadá.

### Cómo vestirse:

- **Capa exterior:** Chaqueta o abrigo impermeable.
- **Ropa intermedia:** Suéteres, chaquetas abrigadas.
- **Ropa base:** Camisetas y camisas de manga larga.
- **Pantalones:** Jeans o pantalones térmicos.
- **Calzado:** Botas o zapatos resistentes al agua.
- **Accesorios:** Bufandas, guantes y gorros.

## 4. Invierno (Diciembre a Febrero)

**Clima:** Los inviernos son **fríos y ventosos**, con temperaturas que generalmente oscilan entre los **-5°C y los -25°C**. Sin embargo, en algunas zonas, como **Labrador**, **las temperaturas pueden descender drásticamente, llegando incluso por debajo de los -40°C** en los días más fríos.

**Características:** La región experimenta **frecuentes nevadas**, transformando el paisaje en un manto blanco invernal. Los días son **cortos** y la **acumulación de nieve puede ser significativa**, impactando el tráfico y las actividades diarias. El **viento es un factor clave**, ya que puede intensificar considerablemente la sensación térmica de frío, haciendo que temperaturas ya bajas se sientan aún más gélidas.

### Cómo vestirse:

- **Capa exterior:** Un **abrigo acolchado, impermeable y resistente al viento**, diseñado para temperaturas **inferiores a -20°C**. Para Labrador, considera uno que soporte temperaturas mucho más bajas.
- **Ropa intermedia:** **Suéteres gruesos de lana, forro polar o materiales térmicos** que proporcionan un buen aislamiento.
- **Ropa base:** Camisetas y ropa interior **térmica que conserven el calor corporal** y mantienen la piel seca al **repeler la humedad**.
- **Pantalones:** **Pantalones térmicos o de lana**, y si vas a estar al aire libre en la nieve, **pantalones impermeables para la nieve** (de esquí o snowboard).
- **Calzado:** **Botas para nieve impermeables, bien aisladas y con suela antideslizante**, que soporten temperaturas **inferiores a -20°C**. Para Labrador, busca botas clasificadas para temperaturas aún más extremas.
- **Accesorios:** Un **gorro** que cubra las orejas, una **bufanda** o cuello polar,

**Nota:** Esta es una guía informativa. Utilice siempre los canales oficiales del Gobierno de Canadá.



**Newcomer  
Navigator NL**

Make this place your home!!

**gafas de sol** (la nieve refleja mucho la luz), **guantes o mitones** (los mitones suelen ser más cálidos) y **medias térmicas** de lana o sintéticas.

**¡Esperamos que esta guía te ayude a vestirte adecuadamente para cada estación en Terranova y Labrador!**

**Nota:** Esta es una guía informativa. Utilice siempre los canales oficiales del Gobierno de Canadá.