

Checkliste "Ab in den Urlaub mit Baby oder Kleinkind"

Zur Pflege:

- Windeln (Planen Sie eine ausreichende Menge je nachdem wie lange Sie unterwegs ist)
- Schwimmwindeln (falls Sie in Hotelpools baden gehen wollen)
- Wickelunterlagen
- Feuchttücher / Pfllegetücher
- Waschlappen / Einmalwaschlappen
- Badetuch / Kaputzenhandtuch
- Wundschutzcreme
- Flüssigseife
- Pflegeölbad, Kindershampoo
- Kinder-Sonnencreme (für Kinder höchster Lichtschutzfaktor)
- Après-Lotion / Body Lotion
- Mülltüten (zum Entsorgen der benutzen Windeln)
- Desinfektionsmittel (für öffentlich Wickelplätze)
- Babyzahnbürse
- Babyhaarbürste, evt. Haarbänder
- Nagelschere
- Ohrenstäbchen

Kleidung / Wäsche:

- Baby-Garnitur / Bekleidung für jeden Tag, sowie reichlich Ersatzkleidung
- Sonnenhut
- Badebekleidung
- Bettwäsche inkl. Spannbetttuch

Zum Spielen:

- Spielzeug für drinnen (Puppe, Bauklötze, Spielzeugautos, Bilderbuch, ...)
- Spielzeug für draußen (Sandspielzeug, Bälle, Badefiguren, etc.)
- Malsachen (Papier und Buntstifte)
- Beißring (zur Zahnungshilfe)
- Schwimmflügel, Schwimmring
- Schmusetuch (bzw. was Ihr Baby zum Einschlafen gewöhnt ist)
- kleine Babydecke (als Unterlage oder zum Einkuscheln)
- Buch mit Gute-Nacht-Geschichten
- Spieluhr
- Schnuller / Ersatzschnuller

Zum Essen (falls nicht voll gestillt wird):

- Flaschen mit Sauger
- Flaschenreiniger
- Milchpulver
- Brei
- Teebeutel (z. Bsp. Fencheltee)
- Flaschenwärmer
- Thermobehälter
- Plastiklöffel / Kinderbesteck
- Lätzchen
- Kekse oder andere Snacks für ältere Kinder
- Spucktuch
- Pürierstab (falls Sie das Essen selbst zubereiten möchten)

Sonstiges:

- Kinderwagen / Buggy / Babytragetuch
- Babyphone
- Erste-Hilfe-Koffer
- Fieberthermometer / Badethermometer
- Medikamente (Fiebermittel, Nasentropfen,)
- Pflaster
- Insektenschutz
- Mückennetz (für Fenster, da Mückennetze am Bett für Babys und Kleinkinder zur Gefahr werden können)
- Steckdosenschutz
- Töpfchen / Kindersitz für WC
- Bettunterlage (Zum Schutz der Matratze gegen Nässe)
- wichtige Telefonnummern (z. Bsp. Kinderarzt, Auslandskrankenversicherung)
- alle nötigen Reisedokument für Sie und Ihr Kind, sowie Kopien

Was Eltern noch bedenken sollten:

1.) Hinterfragen Sie Ihr Reiseziel, ob es wirklich für Ihr Baby oder Kind geeignet ist. Je länger die Reisezeit beträgt, desto anstrengender wird die Reise für Alle. Planen Sie bei Autoreisen genügend Pausen ein, in denen Sie Ihrem Kind etwas Bewegung verschaffen können.

2.) Auch die Umstellung auf ein anderes Klima oder eine andere Zeitzone steckt ein Baby nicht so leicht weg, wie ein Erwachsener.

3.) Nicht alle Kinder vertragen die Reise gleich. Manche Kinder sind unterwegs unruhiger als zu Hause. Daher sollten Sie darauf achten, dass Sie sich ein Urlaubsquartier aussuchen, welches kinderfreundlich ist und wo Kindergeschrei nicht gleich für Beschwerden sorgt.

- 4.) Besuchen Sie vor Reiseantritt noch einmal Ihren Kinderarzt und lassen Sie ihr Kind untersuchen bzw. sich beraten, falls Ihre Reise ins Nicht-Europäische Ausland geht. Sorgen Sie ebenfalls für eine ausreichende Reiseapotheke (z. Bsp. Fiebermittel, Nasentropfen, Mittel bei Durchfall usw.)
- 5.) Nehmen Sie eventuell ein paar nicht leicht verderbliche Lebensmittel mit, die Ihr Kind kennt, falls es das dortige Essen nicht gut vertragen sollte.
- 6.) Sollten Sie mit dem Flugzeug verreisen, benötigt Ihr Kind etwas zum Nuckeln, um den Druck in den Ohren besser ausgleichen zu können. Ein Baby können Sie während Start und Landung stillen.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Urlaub mit Ihrer Familie!

**Weitere Informationen und Tipps rund um Reiseausrüstung erhalten Sie auf
www.von-mutter-zu-mutter.de**