



Checkliste für Babyurlaub und Urlaub mit Kleinkindern

Ferienwohnungen 4****Sterne www.Haus-Bergahorn.de im Allgäu

Grundsätzliches für Urlaub mit Baby und Urlaub mit Kleinkindern:

Nicht Sie fahren mit Ihren Kindern in Ihre Ferienwohnung im Allgäu, sondern **Ihre Kinder mit Ihnen!** Das Wohl des Kindes bestimmt die Fahrt, den Verlauf, das Ausflugsziel und alles andere! Denken Sie insbesondere bei einer längeren Autofahrt immer daran:

- Kinder sind **keine** kleinen Erwachsenen!
- Sie sind weniger belastbar!
- Sie dehydrieren deutlich schneller!
- Die Toleranz für Temperaturerhöhungen ist geringer!
- Sie sind für Sonne viel empfindlicher!
- Bei Belastungen/Nichtbelastung körperlicher Natur haben sie einen anderen Rhythmus!
- Kinder können sich nicht so gut an die Hygienevorschriften halten wie Erwachsene und sind daher deutlich gefährdeter.
- Kinder reagieren empfindlicher auf Veränderungen insb. auf Veränderungen in der Ernährung!

Wenn Sie Kinder im Auto haben, die noch im Kindersitz sitzen, sollten Sie alle 2 Stunden eine **Pause einlegen**. Das lange Stillsitzen ist für Kinder Stress, da sie Bewegung brauchen.

Fordern Sie Ihr Kind in den Pausen: Lassen Sie es auf dem Spielplatz toben oder machen Sie mit ihm Gymnastikübungen oder rennen Sie. Je mehr Ausgleich Ihr Kind hat, desto stressfreier und angenehmer wird die weitere Fahrt verlaufen.

Snacks vertreiben Hungerattacken und Langeweile. Achten Sie auf gesunde Happen wie geschnittene Brote oder handliche Obststücke. Je gesünder, nicht bröselnd und nicht schmierend, desto besser. Für den schnellen Durst eignen sich Plastikflaschen mit integriertem Saugteil. Ihre Kinder können sich damit beschäftigen und würden nicht einmal kleckern.

Sicherheitstipps: Darauf achten, dass das Gepäck ordentlich verstaut ist. Große, schwere Dinge direkt an die Rückenlehne, kleine leichte oben drauf und in die Zwischenräume. Ein Trenngitter oder –netz erleichtert auch die Beladung bis unters Dach. Sowohl die Front- als auch die Heckpassagiere müssen ausreichend Beinfreiheit haben. Kleine Koffer und Taschen im Fußraum dienen den Kindern auch als bequeme Beinablage.

Achten Sie darauf, dass das Kind sich **wohl fühlt**. Also Vertrautes in Ihre Ferienwohnung im Allgäu mitnehmen (Kuscheltier, Spieluhr). >>>Bedenken Sie jedoch: auch ein kleines Spielzeugauto mit 40g kann bei einem Unfall **wie ein Hammer** werden! Kinder wollen gern **auch Teil der Reise sein** und „gschafteln“ gern. Sie sollten Ihren eigenen Koffer bekommen, wenn sie ihn wollen. Allerdings nicht mehr als 10 % des eigenen Körpergewichts.

Thema Skifahren / Snowboarden

Immer mit Helm!! Achten Sie auf gute Ausrüstung! Kinder frieren schneller! Vor allem brauchen Sie gute, will heißen, warme Handschuhe! Am besten Fäustlinge! Und die Schuhe müssen passen! Wenn Sie einen Skikurs gebucht haben checken Sie das vorher aus. Wenn die Schuhe nicht passen, dann leihen Sie sich andere. Kind gut einschmieren und gute! (mind. Zweiwandig!) Skibrille nehmen. Evtl. auch Sonnenbrille. Wenn das alles passt, dann macht dem Kind der Kurs Spaß. Sie haben entspannte Ferien und Ihr Kind hat von Anfang an Spaß am Skifahren.

Thema Bergwandern

Nicht Sie gehen mit den Kindern in die Berge, sondern die Kinder mit Ihnen!!!! Das gilt übertragen auf alle Sportarten. Die Kinder gehen voraus und bestimmen das Tempo. Beim Bergabgehen gehen Sie voraus um als Puffer zu dienen. Verschärfen Sie nie das Tempo. Machen Sie viele Pausen. Achten Sie auf Trinken, Sonnenschutz, Essen und Kleidung. Kinder haben von allem weniger Reserven! Wenn Sie sich ausruhen bei einer Pause und die Kinder nicht rumsitzen, sondern spielen, dann sehen Sie das nicht als Zeichen von mangelnder Ermüdung an. Kinder regenerieren anders!



Checkliste für Babyurlaub und Urlaub mit Kleinkindern

Ferienwohnungen 4****Sterne www.Haus-Bergahorn.de im Allgäu

Vor der Abfahrt

Blumen	Kühlschrank	Heizung	Windeleimer
Herdplatte	Backofen	Zeitung	Mülleimer
Fenster	Bügeleisen	Auto Inspektion	Mülltonnenleerung
Post	Zahlungsmittel	Wasser abdrehen	Anrufbeantworter
Foto + Akku	Wecker aus	Stecker ziehen (nicht Gefrierschrank ☺)	

Im Auto

Trinken	Ersatzkleidung Mama	Schnullerkette	Hörbücher + Lieder
Snacks	Ersatzkleidung Kind	Ersatzschnuller	Autospiele
Kübel	Beutel für Wäsche	Wickeltasche	Stift + Block
Ausweis	Küchenrolle	Kuscheltier	Pflaster + Insektenmittel
Geld+Handy	Nackenstütze	feuchter Waschlappen in Plastikkdose	
Führerschein	kleines Kissen	Thermoskanne abgekochtes Wasser für Brei	

Urlaubsküche

Gewürze	Biobeutel	Geschirrtücher	Flaschenverschluss
Bratöl	Müllbeutel	Microfasertücher	Pürrierstab
Filterbeutel	Tupperdosen	Klopapier	Spülmaschinentabs

Schuhe für Groß und Klein

Hausschuhe	Feste Schuhe	Bergschuhe	Gummistiefel
Sandalen	Schuhe für Kleider	Ersatzschuhe	Schwimmschuhe

Kleidung für Große

Hose lang/kurz	Pulli leicht/warm	Abendkleidung	Tüte für schmutzige Wäsche
Shirt lang/kurz	Rock/Kleid	Nachthemd	Gürtel
Socken	Unterwäsche	Schwimmbad	Mütze
Wanderkleidung	Skifahren	Regenkleidung	Regenhut
Jacke leicht/warm	Sonnenkleidung	Sonnenhut	

Baby's bzw. Kinder-Kleidung

Bodys	Socken	Mütze	Sonnenhut	Regenhut	Hemdchen
Stirnband	Jacke	Pulli	Sonnenkleidung	Regenkleidung	Strumpfhosen
Hosen	T-Shirts	Stulpen	Schuhe		
Schlafsack	Schlafkleidung mit vertrautem Duft (nicht frisch gewaschen)				

Baby / Kleinkind Diverse

Fläschen	Molton-Tuch	Badeanzug	Schwimmflügel	Badetuch
Brei	Windeln	Hygienetücher	Still BH(Einlagen)	Nachtlicht
Gläschen	Löffel	Lätzle	Spucktücher	Malstift
Wickeltasche	Tragetuch	Kinderwagen	Spielzeug	Schlaufduft

Kleinkram

Regenschirm	Sonnenbrille	Ersatzbrille	Reiseliteratur	Foto
Taschenlampe	Batterien	Schreibsachen+Block	Wanderstöcke	Rucksack
DVD	Fernglas	Adressen	Ladegerät (Foto,Handy...)	
Einkaufsnetz				

Hygiene für Groß und Klein

Schampoo	Kamm/Bürste	Rasierer	Zahnbürste+Pasta	Bodylotion
Haarspangen	After Shave	Badetücher	Zahnseide	Seife
Deo + Parfum	Nagelschere	Handcreme	Waschlappen	Feile
Pinzette	Notfall-Nähzeug			



Im 4****Sterne Haus Bergahorn

haben wir in Ihrer Wohlfühl-Ferienwohnung schon einiges für Sie vorbereitet, damit Sie im Kofferraum Platz für die wirklich wichtigen Dinge haben: (Denken Sie an Ihre Reservierung vorab)

Für die aller kleinsten Gäste

- Reisebettchen mit weicher Matratze
- Baby-Schlafsack und Stillkissen
- Nachtlicht und Spieluhr
- Rückenschonender Wickeltisch und Windeleimer
- Hochstuhl mit Lätzle und Spucktücher
- AVENT Sterilisator und AVENT Kostwärmer
- TUMMY TUB Badeeimer oder SMOBY Duschsitz
- Baby-Kapuzenhandtuch
- Wippe und Spielehimmel
- HABA Krabbeldecke und HABA Traumwiese
- DIDYMOS Tragetuch groß oder klein
- AVENT Wickelrucksack und Baby-Nomade
- Kinderwagentasche
- QUINNY Kinderwagen mit Babyschale
- Sichtgeschützte Unterstellmöglichkeit für Ihren eigenen Kinderwagen

Für „große“ Geschwister

- Kuschelige Kinderbettwäsche, Kissen und Deckchen
- STOKKE SITTI Hochstuhl samt Lätzle und Spucktücher
- Kindergeschirr und Kinderbesteck
- Kinderbademantel
- Schemel zum Draufstehen
- Töpfchen bzw. WC-Aufsatz
- Kinderschminken und Luftballontiere basteln
- Auswahl an Kleinkinderspielzeug und Büchern für Kleinkinder
- Schwimmflügel, Schwimmgürtel, Schwimnudel, Schwimmwindeln
- Dreirad mit Schiebestange
- Tret-Traktor und Laufrad
- Sandkastenspielzeug
- QUINNY Kinderwagen oder QUINNY Buggy
- Sichtgeschützte Unterstellmöglichkeit für Ihren eigenen Kinderwagen

Für Mama´s

- Kinderwagen-Wandertipps z.B. zum Staudammbauen, in den Eichhörnchenwald oder zum Waldspielplatz
- Kinderspielplatz und Minigolf in 150 Meter
- Familienfreundliche Restaurants gut zu (Kleinkind-)Fuß erreichbar
- Waschmaschinen- und Trocknerservice
- Luxus-Baby-Baden im 5-Sinne-Raum
- Möglichkeit für Rückenmassagen und Fußreflexzonenmassage
- Alpenkinderwagen Gogo (gg. Gebühr)
- Familienspiele
- Bücher über Familie und Kind

Gerne leihen wir Ihnen

- Wanderstöcke Preis 1,50
- Fahrradhelm für Erwachsene Preis 1,50
- Gogo Alpenkinderwagen, Preis 9,- pro Tag
- Zwei Mountaintarts, Preis je 15,- für einen halben Tag
- Zwei Moto Guzzi Griso Motorräder, z.B. Tagesstarif ab 104,50
- 5-Sinne-Raum mit großer Whirlwanne und Designer-Dampfdusche für unsere Hausgäste € 18,- (statt € 23,-)
- Babysitter pro Stunde € 10,-