

## Cestujete s dětmi?

Napsal uživatel -if-

Pátek, 24 Květen 2013 00:00 - Aktualizováno Pátek, 24 Květen 2013 08:22

---



Většina dětí jezdí v autě ráda. Bohužel, to obvykle platí jen na kratší vzdálenosti. Pokud se s nimi chystáte na zahraniční dovolenou, nastává trochu problém. S trochou příprav se ovšem i ten dá zvládnout.

Pokud budete cestovat autem, **budete muset dělat častější, zhruba půlhodinové přestávky, a to asi po 3 hodinách jízdy.**

Cestování vlakem či letadlem je v tomto směru snazší, protože větší dítě se může projít krátce v uličce, cestování autobusem na větší vzdálenost není příliš vhodné.



### Pár dobrých rad na cestu

- **Všechny věci, které během cesty potřebujete, byste měli mít po ruce.** Jedná se o oblíbené hračky dítěte, rezervní plenky, oblečení, dudlík, láhev s pitím, jídlo, navlhčený i suchý ručník, termosku s převařenou vodou, mast na ošetření kůže, pro větší dítě lžičku, hrneček, bryndáček (vhodné jsou vlhčené ubrousky). Osvědčilo se, vyhradit jednu cestovní kabelu jen pro potřeby dítěte. Bude zřejmě tím větší, čím menší dítě s vámi pocestuje. Navzdory objemu ji ale nikdy neumistujte do kufru!

## Cestujete s dětmi?

Napsal uživatel -if-

Pátek, 24 Květen 2013 00:00 - Aktualizováno Pátek, 24 Květen 2013 08:22

---

- Vybavte vozidlo slunečními zástěnami, aby v autě i v letních měsících zůstalo příjemně chladno. Na spaní vezměte polštářky a deky.

- U kojence do jednoho roku je vhodné, když na zadním sedadle auta je matka dítěte. Možná nebudete mít tolik pohodlí, ovšem budete po ruce a to je hlavní.

- **Zajištění stravy** u plně kojeného dítěte je bez problémů, pro starší děti dostávající již příkrmy, lze využít široké nabídky dětských výživ ve skleničkách, proto je třeba mít s sebou termosku s převařenou kojeneckou vodou. Dítě po třetím roce už bude zřejmě konzumovat to samé, co vy. Neměly by to ovšem být bagety od „benzinky“, spíše ovoce, zelenina, chléb s máslem a podobně.

- **Přestávky plánujte dopředu** tak, abyste mohli v klidu využít sociálního zařízení u benzinových pump, kde je většinou i koutek pro ošetření kojence, ale také odpočívadel v přírodě, kde se může dítě proběhnout.

- **Pokud cestujete kojencem, není od věci přibalit i nějaké babynosítko, které vám umožní se i dítětem projít po parkovišti, nechat ho nadýchat čerstvého vzduchu, aniž by vás po pěti minutách bolely ruce.** Jako babynosítka označujeme různé nosiče opatřené popruhy, lze je používat pro děti starších dvou měsíců. Vždy bychom měli kupovat nosítka s atestem a dát pozor na to, aby hlava a záda dítěte měly oporu. K nošení samozřejmě lze použít i k tomu určené šátky. Upravený šátek má matka uvázan na svém těle tak, že vznikne prostorná kapsa, v níž je dítě v klubíčkové poloze. Děti jsou při „klokánkování“ umístěny v poloze používané úspěšně u dětí trpících nadýmáním, která odstraní nebo zmírní tyto potíže.

- Pokud plánujete delší přestávku, není od věci umístit někde nahoru do kufru i **golfové hole**, které vám umožní třeba malou výpravu v místě zastávky. Je možné je použít zhruba **od doby, kdy se dítě dokáže samo pohybovat, tj. samo sedí, chodí bez opory a běhá.**

- **Trvá-li cesta déle než 6 hodin, zvolte vhodné přenocování.**

- Použití **dětské autosedačky** je povinné, a proto samozřejmostí. Na autosedačce nikdy nešetřete. Jednak zaručuje dítěti bezpečí, jednak může nabízet i jistý komfort při cestování. Lepší sedačky jdou polohovat, jsou polstrované apod.

- Pro starší dítě vyberte nejen jeho **oblíbené hračky**, ale i nějaké novinky, které ho zaujmou, nikdy však nepoužívejte psací potřeby. Pomocí DVD přehrávače nebo počítače proměňte auto po cestě na dálnici v biograf. Avšak mějte na paměti, že čtení knížek nebo sledování filmu dětmi na zadních sedadlech může vyvolat nevolnost z jízdy.

- Mluvte! Budete mít čas hodiny se se svými dětmi bavit. Ptejte se jich na různé věci a skutečně jim naslouchejte. Můžete si také vymyslet kvíz nebo hrát různé slovní hry.

