



Checkliste Reisen mit Baby

Wir hoffen, dass euch unsere Checkliste bei der Vorbereitung hilft, damit ihr bei euren Familienferien mit Baby nichts Wichtiges vergesst. Ihr könnt diese Packliste ganz einfach an euer Ferienzeil und eure Bedürfnisse anpassen.

Bekleidung

T-Shirts, Sommeroutfits oder Regenjacke – welche Kleidung ihr für euer Baby benötigt, hängt natürlich vom genauen Reiseziel, der Reisedauer, der Jahreszeit und dem Alter des Kindes ab. Bedenkt auch, ob ihr vor Ort eine Waschmaschine nutzen könnt.

Für den Sommer

- Unterwäsche
- Bodys
- Strampler
- T-Shirts
- Hosen
- Kleider
- Socken
- Schlafsachen
- Feste Schuhe / Sandalen

Sonnenschutz & Baden

- Spezielle Kinder-Sonnencreme
- Sonnenhut
- Sonnenbrille
- Schwimmflügel
- Schwimmwindel
- Ggf. Badeanzug oder -hose mit UV-Schutz
- Kleines Handtuch & Picknickdecke
- Ggf. Schwimmschuhe (je nach Alter und Badeort)

Für den Winter

- Unterwäsche
- Bodys
- Strampler
- Warme Shirts oder Kleider
- Pullover oder Jäckchen
- Hosen
- Strumpfhosen
- Socken
- Schlafsachen
- Winterjacke oder Overall
- Schneehose oder Schneeanzug
- Mütze
- Handschuhe
- Schal
- Ggf. Winterschuhe

Aptaclub-Tipp

Lange, weite Kleidung aus atmungsaktivem Stoff schützen deinen kleinen Schatz vor der Sonneneinstrahlung und sollten unbedingt im Reisegepäck sein. Langärmelige Kleidung aus hellem Stoff hält ausserdem auch Mücken von der Haut eures Kindes fern.

Babys Mahlzeiten

Für gestillte Babys

- Ggf. Stillkleidung und Stilleinlagen

Für Kinder, die bereits Beikost erhalten

- Breigläschen
- Snacks für unterwegs
- Lätzchen
- Ggf. Babyteller und Löffel
- Ggf. kleine Kühltasche

Für Schoppenbabys*

- Schoppen und Sauger
- Eure gewohnte Milchnahrung info
- Utensilien zum Reinigen und Aufwärmen
- Ggf. kleine Thermoskanne für warmes Wasser

Aptaclub-Tipp

info

Kennst du schon unsere praktische trinkfertige Nahrung, z.B. **Aptamil 2 Pronutra trinkfertig**, ideal für unterwegs?*

***Wichtiger Hinweis:** Stillen ist ideal für Ihr Kind. Folgemilch eignet sich nur für Kinder ab 6 Monaten. Lassen Sie sich beraten.

Für die Reise und vor Ort

Transport

- Kinderwagen
- Babytrage und/oder Tragetuch
- Babyschale fürs Auto und Flugzeug
- Ggf. Sonnenschutz fürs Auto und Kinderwagen
- Ggf. Moskitonetz für den Kinderwagen

Babypflege

- Windeln
- Säcke für schmutzige Windeln
- Feuchttücher
- Wundcreme
- Wickeltasche
- Wickelauflagen
- Duschbad/Pflegecreme bzw. -öl
- (Kapuzen-)Handtuch
- Waschlappen
- Nagelschere
- Ggf. Zahnbürste und Zahnpasta

Für Babys Schlaf

- Ggf. Reisebett
- Ggf. Moskitonetz für das Babybett
- Spieluhr
- Schlafsack
- Babyphone

Reiseapotheke

- Wundcreme
- Hautdesinfektionsmittel
- Fiebersenkende Mittel
- Mittel gegen Erkältung, Husten, Schnupfen, Halsweh
- Mittel gegen Übelkeit, Erbrechen und Durchfall
- Elektrolytlösungen
- Fieberthermometer
- Kindernasenspray
- Pflaster und Verbandsmaterial
- Kühlendes Gel gegen Sonnenbrand und Mückenstiche
- Medikamente, die dein Kind regelmässig einnehmen muss
- Ggf. Mückenspray (Bitte informiert euch vorab.)

Wichtige Dokumente

Informiert euch vorab über die Einreisebestimmungen eures Ferienlandes beim EDA, Eidgenössisches Departement für auswärtige Angelegenheiten.

- Ausweispapiere (ID oder Reisepass)
- Ggf. Impfbüchlein
- Ggf. Elterliche Genehmigung

Für Babys Unterhaltung

- Spielsachen und Bücher
- Beissring
- Nuggi
- Spieldecke

Was ich ausserdem nicht vergessen möchte

- | | |
|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |

Aptaclub-Tipp

- **Besprecht die geplante Reise mit eurem Kinderarzt bzw. eurer Kinderärztin.** Eine ärztliche Meinung ist besonders dann sinnvoll, wenn euer Baby noch sehr klein ist, es sich um eine Fernreise handelt oder für den Urlaubsort Impfungen empfohlen werden.
- Erkundigt euch, ob eure Krankenkasse sowohl den Eltern als auch den Kindern einen **Versicherungsschutz am Urlaubsort** bietet. Falls nicht, solltet ihr eine zusätzliche Versicherung abschliessen.
- Informiert euch im Vorfeld über die **medizinische Versorgung vor Ort** und recherchiert wichtige Kontaktnummern und Kinderkrankenhäuser.
- Stellt sicher, dass ihr **alle benötigten Dokumente** (z.B. Kinderreisepass, etc.) besitzt.
- Es gibt in der Schweiz **spezielle Baby- und Kinderhotels**. Hier werden viele notwendige Utensilien bereits zur Verfügung gestellt. Entsprechend kürzer wird eure Packliste.

Hast du Fragen? Wir sind für dich da!

Von der Schwangerschaft bis ins Kleinkindalter – wir begleiten dich mit hilfreichen Infos und Services.

Das Aptaclub Elternservice Team besteht aus Mami's und Ernährungswissenschaftlern. Wir verfügen über professionelles Fachwissen, Expertise und jahrelange Erfahrung. Wir kennen uns daher mit den Themen, Fragen und Herausforderungen, die euch beschäftigen bestens aus.



E-Mail
info@aptaclub.ch

Telefon (kostenlos)
0800 - 55 06 09

WhatsApp
(Mo.-Fr. 08-12 und 13-16 Uhr)
+41 79 532 32 04

Social Media
@aptaclub_switzerland
Aptaclub Schweiz

Euer Leben, unsere Wissenschaft