



På ferie med barn

Å reise med barn – bare tanken kan få den mest hardføre og erfarne globetrotter til å kaldsvette. Men med god planlegging og noen lure tips trenger ikke ferien bli kaotisk. Forbered dere godt, og nyt en deilig, forfriskende ferie.

VELG BARNEVENNLIG

Det sier seg kanskje selv, men for å unngå flere vanskeligheter enn nødvendig, sørg for å velge et barnevennlig hotell. Mange slike hoteller tilbyr blant annet "barnepakker" bestående av seng, barnestol og reisetrille mot et lite ekstra honorar, slik at det ikke er nødvendig å ta med disse tingene. Det er gull verdt, for det blir fort mye bagasje uansett.

Velg gjerne et all inclusive-hotell hvor alt er inkludert i prisen. Det er kanskje ikke den mest spennende ferieformen, men med små barn på slep vil jungelutfluktene, backpacking og haidykking antakeligvis utgå uansett, og trygge rammer verdsettes desto mer. Bestill rom med balkong – og prøv å få rom et stykke fra underholdningen, slik at kveldskos og nattesøvn ikke forstyrres av allsang og disco.

Les om stedet dere skal til, og finn ut om dere trenger vaksiner. Dette bør ordnes hos legen eller helsestasjonen i god tid før avreise. Undersøk også hvordan kvaliteten på mat og drikkevann er på feriestedet, slik at dere kan beskytte dere mot magesyke. Pass på at dere har en god reiseforsikring dersom uhellet mot formodning skulle være ute.

PAKK LITE OG LETT

Å reise med barn er strevsomt nok om man ikke skal ha en diger koffert hver i tillegg. Har man ikke hotell med "barnepakke", kommer man imidlertid ikke utenom en liten reisetrippe i bagasjen. En lett reiseseng må i slike tilfeller også pakkes med.

Som regel blir klær langt mindre skitne enn man skulle tro, og man kommer langt med litt vaskepulver i kofferten. Skyll ut av klær om kvelden, så er de rene og tørre igjen om morgenen.

Ta gjerne med noe barnemat hjemmefra ettersom barnematen i andre land kan være annerledes og kanskje ikke falle i smak. Det kan også være lurt å ta med en pakke bleier i tilfelle det er vanskelig å oppdrive på feriestedet.

Små barn skal ikke utsettes mye for direkte sol, så sørg for å ha med lette, heldekkende bomullsklær til barna, i tillegg til solkrem. Det finnes også klær med innebygget UV-filer. Solhatter med knytting for de minste og caps og/eller solbriller til de litt eldre barna beskytter både mot sol i øynene og direkte sol på hodet. Badesko tar vare på små føtter i varm sand og ved skarpe gjenstander.

Skal du blande morsmelkerstatning på stedet, kan det være lurt å ta med seg en liten termos. Da kan du ha med kokt, varmt vann i stellebagen når dere farer rundt.

I TRANSIT

Det er lov å ha med melk og barnemat gjennom bagasjekontrollen på flyplassen, men du må være forberedt på å måtte smake på innholdet i flasken/glasset for å overbevise tollerne om at innholdet er det du påstår.

På flyplassen kan det være god hjelp i en bæresele som du kan bære barnet i. Det gir deg frie hender og barnet ekstra trygghet.

I STELEBAGEN

Ha med minst to klesskift, i tilfelle uhell som går gjennom bleier og klær. Bleier og våtservietter er en selvfølge på tur, men husk også å ta med små plastposer til å legge brukte bleier i, og et håndkle eller stelleunderlag i fall underlaget ikke er helt hygienisk.

Smokk kan bidra til å utligne lufttrykket ved letting og landing (effekten blir som med tyggegummi for oss voksne), og dersom barnet har et spesielt kosedyr eller teppe bør det naturligvis også være med. Litt større barn kan ha glede av noe å leke med. Kjøp gjerne et par nye, små leker som du kan overraske barnet med underveis når hun blir rastløs og sutrete.

Babyer under seks måneder kan få "seng" på flyet. Babykrybben kan festes til veggen ved de fremste setene. Ring flyselskapet og be om å få booke disse setene, det koster litt mer, men er vel verdt pengene om man får tak i dem. En ekstra bonus er at flysetene ved disse plassene har bedre plass til bena for de voksne.

PÅ STEDET

Middagstiden er ofte senere i sydligere land, og krasjer gjerne med små barns leggetid. En idé er å legge dagens hovedmåltid til lunsjtid. Dersom barna er såpass store at de har sluttet å sove på dagtid, kan de da delta i et hyggelig lunsjmåltid på dagtid, så kan de minste barna sove mens de voksne spiser i fred og ro om kvelden.

SKRIV TELEFONNUMMER PÅ ARMEN

Har du mobile barn, må du sørge for at barnet alltid har mobiltelefonnummeret ditt på seg. Den enkleste måten er å skrive nummeret med tusj eller penn på barnets arm. Husk retningsnummer til Norge!

RIKELIG MED DRIKKE

Pass på at barnet får i seg nok væske – små barn merker ikke så godt at de er tørste, og kan heller ikke si i fra. De blir også raskt dehydrerte, så ha alltid en flaske vann tilgjengelig og tilby barnet drikke hyppig.

TILPASS RYTMEN TIL BARNET

Det er strevsomt å være i solen hele dagen, særlig for de aller minste. Ta gjerne en pause midt på dagen når solen er på sitt sterkeste og oppsøk hotellrommets avkjølte fred og ro for en liten lur eller avkobling. Forsøk også å begrense utflukter og aktiviteter. Barn blir fort slitne dersom det foregår altfor mye. Husk at barnet allerede er på et helt nytt sted med ny temperatur, nytt språk, nye lukter og mange inntrykk. La barnets rytme styre dagene, og tillat dere å ta det helt med ro. Da er sjansen større for at ferien blir vellykket – og et pusterom både for store og små.

Kilder:

Klikk.no

Glefs.no

Travelwithyourkids.com