



AUTEM NA DOVOLENOU S DĚTMI

Příprava auta

- Střešní box – půjčit
- Rozmyslet zavazadla a umístění věcí – A) příruční, B) do kufru
- Taška s převlečením, ručníkem a hygienou – na kraj do kufru
- Příruční batůžek pro dítě – pár lehkých hraček, malá svačina, kapesníčky



Co mít vždy po ruce

- Pití, svačina, doklady (občanky, pasy, zdr. průkazy), peněženka
- Léky – na nevolnost, horečku, trávení, kapky do nosu
- Vlhčené ubrousky, toaletní papír, sáčky
- Taška s převlečením, ručníkem a základní hygienou – na kraj kufru

} na dosah
uvnitř auta



Jídlo: kvalitní a všeho dost

- ✓ Ovoce a zelenina
- ✓ Sušené maso
- ✓ Neslazené křupky
- ✓ Ovocné kapsičky/tyčinky
- ✓ Voda/neslazený čaj

✗ Příliš sladké jídlo, čokoláda

✗ Příliš slané, smažené jídlo

Aby dětem nebylo špatně a neposkytovalo příliš energie, kterou nemohou vyběhat.

✗ Džusy, bublinkové limonády

Kvasí a tvoří bublinky v bříšku.



Zábavy musí být tak akorát

Pro menší děti:

- Okénkové knížky, leporela
- Spy bag, quiet book
- Magnetická tabulka na kreslení
- Skladné neokoukané hračky

Pro větší děti:

- Sešity a desky se samolepkami
- Časopisy s obrázky, fotoalba
- CD/DVD/MP3 – písničky, pohádky
- Postavičky/autíčka (2-3 ks, tvoření příběhů)



Hry do auta: slovní, hádanky, příběhové karty, knížky či kvízy.

