



В современном мире высоких скоростей и новейших технологий быть активной и мобильной мамой всё чаще считается нормой. А активной маме хоть иногда нужен интересный отдых и не всегда рядом с домом. Как же спланировать совместное путешествие с малышом, чтобы хорошо провести время самой и обеспечить безопасный и интересный отдых для ребёнка?

Поездка на машине. Для маленького ребёнка настоящим путешествием может считаться поездка продолжительностью от полутора-двух часов. И даже к такому недолгому, по мнению родителей, путешествию нужно тщательно готовиться. Что же взять с собой? Во-первых, конечно же, автокресло, отзывы о котором следует внимательно изучить, чтобы обеспечить безопасность крохи. Во-вторых, еду и питьё, подходящие малышу по возрасту. Даже в небольшом путешествии можно сильно проголодаться. А уж если дорога занимает несколько часов или даже несколько дней, запас продуктов должен быть основательным.

Конечно, вы отправитесь в дорогу только с абсолютно здоровым ребёнком, но это вовсе не значит, что лекарства можно оставлять дома. В вашей аптечке (не той, что в машине, а именно в вашей), должны непременно быть противоаллергические препараты, перекись водорода для обработки ссадин и порезов, бинт или пластырь, средства от укусов насекомых и противовирусные препараты на случай, если малыша продует.

Помимо этого в путешествие необходимо взять с собой большой запас влажных салфеток и чистой воды. Они пригодятся, чтобы растворить лекарство, вымыть руки, умыться малыша и т.д. Очень важно не забыть игрушки и книжки. Маленькому ребёнку нелегко долго сидеть в закрытом ограниченном пространстве, а значит, перед поездкой важно основательно продумать несколько десятков дорожных развлечений. Можно даже приобрести пару недорогих новых игрушек – они порадуют малыша и займут его на некоторое время. Пригодятся также сменная одежда и тёплый плед, чтобы накрыть заснувшего ребёнка.

Ну и, конечно, не стоит ехать до пункта назначения без остановок. Чтобы малыш меньше уставал в пути, ему просто необходимо периодически выходить на свежий воздух.

Отдых на море и за границей. Такой отдых требует весьма тщательной подготовки. Важно заранее узнать, где поблизости с вашей гостиницей можно будет при необходимости получить экстренную медицинскую помощь. Так же, как и в случае с путешествием на автомобиле, стоит запастись лекарственными препаратами, так как найти в чужой стране знакомые лекарства может оказаться непросто. Желательно захватить из дома проверенный крем для загара и мазь от солнечных ожогов: незнакомые средства, купленные на отдыхе вполне способны спровоцировать аллергию.

Будет не лишним продумать и сами развлечения. Заранее почитать про ближайший пляж, аквапарк, зоопарк и ботанический сад, чтобы решить, где вам с малышом будет безопасно, комфортно и интересно. И не забудьте запастись большим количеством надувных кругов, нарукавников и наколенников, в общем, всем тем, что вместе с вами будет защищать кроху в воде.

Экстремальный отдых. Конечно, в поход в горы вы годовалого малыша не возьмёте и с парашютом вместе не прыгнете. А вот провести несколько дней в палаточном лагере на берегу озера вполне возможно. Что для этого нужно? Все, что было перечислено выше, плюс большое количество одежды, от самой лёгкой до самой тёплой, пара тёплых одеял, пара надувных матрасов в палатку (один про запас). Даже если вы привыкли спать в спальнях мешках, маленькому ребёнку этот вариант не подойдёт, в новом незнакомом месте малышу нужно засыпать в обнимку с мамой желательно под одним одеялом.

Здорово, кстати, взять с собой в такое путешествие, одеяло, под которым ребёнок спит с самого рождения, и его любимую игрушку. Эти простые вещи помогут малышу чувствовать себя увереннее и спокойнее на отдыхе.

И самое главное: на любом отдыхе, особенно на экстремальном, маме не обойтись без пары надёжных помощников. Так что собирайте всю семью и вперёд на поиски приключений.