

# Checkliste

EMILIA  
Gallappi

## Erster Flug mit Baby (6 Monate)

Gute Vorbereitung ist das Wichtigste (mindestens 5 - 6 Wochen Vorlauf)

Dokumente/ Unterlagen (Reisepässe!) rechtzeitig beantragen /  
Urlaubsrankenversicherung abschließen/ Kreditkarte mit Reiseschutz beantragen

Wähle den Reiseort mit Bedacht: Kurze Flugdauer, mildes Klima, Arzt/ Klinik in der Nähe

Passe die Flugzeit an den Rhythmus deines Babys an (z.B. Still- Wach oder Schlafrythmus)

Checke die Reiseapotheke mit deinem Kinderarzt ab/ Erzähle von deinen Reiseplänen

Packe ALLES ein was du brauchst, aber NICHTS was du nicht brauchst!  
(Könnte, hätte, wäre... machen nur dein Gepäck schwer und bringen keinem was. Zur Not kann man alles auch kaufen)

Handgepäck: Babynahrung, Flüssigkeiten, Breie, Obst, Quetschies... dürfen in angemessenen Mengen mitgenommen werden. Dazu: Wechselkleidung, Wickeltasche, Desinfektionsmittel, Eigene Wickelaufgabe, kleine Decke (zum Spielen am Flughafen), Spielzeugbeutel mit 5-6 Lieblingsspielsachen und etwas Neuem, große Tasche für alle kleinen Dinge

Spiele den Tag der Abreise in deinem Kopf durch und notiere alles, was dir in den Sinn kommt

Spreche wenn nötig den Tag mit deinem Partner ab: wer übernimmt welche Rolle (Baby Pflege, Spielen, Transport, Taschenträger, Wickeln, Füttern, Tragen etc.)

Traue dich am Flughafen, nach Hilfe zu fragen (Fast-Track, Priority Boarding)

Denke an den Transport und packe es ein: braucht ihr einen Autositz (Babyschale), Buggy/ Kinderwagen, Trage. Sie werden am Schalter eingchecked aber man darf sie mit bis zum Flugzeug nehmen.

Sei nicht zu aufgereggt und verkopft. "Just go with the baby flow" - passe dich den Gegebenheiten an und so gut wie möglich mehr dem Rhythmus deines Babys. Nimm es locker. Fest an Ritualen und Gepflogenheiten festzuhalten ist was für Zuhause! Genieße deine erste Reise :)