

CHECKLISTA SANITARNA DLA DZIECI – WAKACJE 2025

HIGIENA I DEZYNFEKCJA

- Żel antybakteryjny (min. 60% alkoholu)
 - Chusteczki nawilżane do rąk i twarzy
 - Chusteczki dezynfekujące (do powierzchni, klamek itp.)
 - Papier toaletowy (mini rolka lub chusteczki suche)
 - Nakładki higieniczne na sedes
 - Rękawiczki jednorazowe (np. do toalet publicznych)
 - Małe worki na śmieci / zużyte pieluszki
-

JEDZENIE I PICIE

- Butelki z wodą (najlepiej małe, po jednej dla każdego dziecka)
 - Przekąski trwałe (batony, herbatniki, sucharki)
 - Termiczna torba z chłodziwem
 - Pojemniki na jedzenie (z uszczelką)
 - Sztućce i kubki jednorazowe lub wielorazowe
 - Serwetki papierowe
-

APTECZKA PODRÓŻNA DLA DZIECI

- Leki przeciwwymiotne (np. Aviomarin Kids – po konsultacji z lekarzem)
 - Probiotyki
 - Środek na biegunkę / elektrolity
 - Syrop przeciwgorączkowy (paracetamol/ibuprofen)
 - Termometr
 - Plastry, jałowe gaziki
 - Środek odkażający rany
 - Środek na ukąszenia owadów (łagodzący)
 - Spray przeciw komarom/kleszczom (dostosowany do wieku)
-

PODRÓŻ SAMOCHODEM

- Fotelik dziecięcy (zgodny z wagą i wzrostem dziecka)

- Osłony przeciwsłoneczne na szyby
 - Zapasowy komplet ubrań dla dziecka
 - Torba na wypadek choroby lokomocyjnej (worki wymiotne)
 - Mały koc / bluza (klimatyzacja)
-

PODRÓŻ AUTOKAREM

- Zapas wody i przekąsek
 - Maseczka ochronna (jeśli zalecana)
 - Płyn/żel do rąk na siedzeniu
 - Kapelusz/czapka przeciwsłoneczna na postoje
 - Znaczek/naszywka z imieniem dziecka i nr kontaktowym do rodzica
-

W MIEJSCU DOCELOWYM

- Kosmetyczka z własnymi przyborami (szczoteczka, ręcznik, szczotka)
 - Środek z filtrem UV (dla dzieci, min. SPF 30)
 - Środek do dezynfekcji rąk przy wejściu do pokoju
 - Woda butelkowana do picia / mycia zębów (jeśli wątpliwa jakość wody)
 - Zapas maseczek / chustek higienicznych
-

INNE PRZYDATNE RZECZY

- Książeczka zdrowia dziecka lub kopia
- Polisa ubezpieczenia podróżnego
- Lista numerów alarmowych i kontakt do pediatry
- Zabawki/podręczne gry dla dziecka (do unikania dotykania wszystkiego w przestrzeni wspólnej)