

Hoofdstuk 3

Op reis met een baby aan boord

In dit hoofdstuk

- ▶ Weten wat je in moet pakken
 - ▶ Een reisje met een baby doorstaan
 - ▶ Het herdefiniëren van jouw idee van een vakantie
 - ▶ Zorgen voor de veiligheid van je baby
-

Je weet ondertussen dat thuisblijven en voor je baby zorgen behoorlijk stressvol kan zijn. Wat dacht je van een uitstapje zonder gedegen voorbereiding? Dat is pas echte stress!

Reizen met je kind kan supergemakkelijk zijn, maar ook een zenuwslopende ervaring. Het geheim om niet gek te worden? Zie elk uitstapje als een leermoment voor het *volgende* avontuur.

Voorbereiden van de reis

Zorg ervoor dat je je huis niet verlaat voor je alles hebt ingepakt wat je mogelijk nodig hebt tijdens je uitstapje. Als je in je eigen land reist, kun je waarschijnlijk onderweg of na aankomst op je bestemming wel alles kopen wat je vergeten bent.



Checklist voor reizen met je baby:

- ✔ **Luiertas.** Deze tas zou wel eens de belangrijkste factor kunnen zijn voor het slagen van je expeditie. Schuif de inhoud van je com-mode in zijn totaliteit in je tas en je zit goed. Hieronder staat wat je allemaal nodig hebt.
 - **Luiers.** Onderschat dit niet. Neem voldoende reserves mee.
 - **Vochtige doekjes.** Ook dit moet je niet onderschatten. Je hebt ze nodig bij het verschonen en om onderweg handjes schoon te maken. Je kunt kleine doosjes met doekjes kopen voor op reis.

- **Zinkzalf.** Baby's billetjes kunnen rood worden van een hele dag in de auto zitten.
 - **Flessen, flesvoeding, water.** Als je flesvoeding geeft of moedermelk uit de fles.
 - **Spuugdoekjes.** Neem minstens twee spuugdoekjes mee. Servetjes zijn niet goed genoeg als je baby op het vliegveld in je schoot spuugt.
 - **Slabbetjes.** Om baby's die de fles of vast voedsel krijgen zo schoon mogelijk te houden, zodat je op negenduizend meter hoogte geen kleding hoeft te verschonen.
 - **Fopspenen, als je baby die gebruikt.** Je wilt 't liefste rust in de tent tijdens je reis en als zo'n speen daarvoor kan zorgen, neem hem dan mee.
 - **Schone kleren.** Ondanks je moeite om baby schoon te houden, zou hij toch wel eens kunnen gaan ruiken. Neem ook afsluitbare zakjes mee om vieze luiers (andere mensen in het vliegtuig of de trein willen dat niet ruiken) of natte kleding in te doen.
 - **Snacks, als je baby daar al oud genoeg voor is.** Houd 't eenvoudig en veilig, dus niets kleverigs of groots. Afwisseling kan helpen; neem dus verschillende kleine zakjes mee met babykoekjes, soepstengels en banaan in plaats van één zak met dezelfde snacks.
 - **Speelgoed.** Neem de favoriete speeltjes van je baby mee, maar houd ook een paar nieuwe achter de hand als verrassing. Neem vooral geen speelgoed mee dat veel lawaai maakt – niet alleen jijzelf wordt daar knettergek van, maar ook alle andere passagiers.
- ✔ **Kleding die gepast is voor je bestemming.** Als je naar het huis van je ouders gaat, kun je rustig een keer de was doen, maar als je naar een hotel gaat, wil je toch graag voldoende kleding bij je hebben voor het grootste deel van je reis. Tijdens je vakantie wil je liever niet al te veel tijd in de wasserette doorbrengen.
 - ✔ **Wat wasmiddel.** Voor een kleine handwas of het voorbehandelen van vlekken.
 - ✔ **Kinderwagen.** De meeste buggy's kun je meenemen in het vliegtuig. Ze moeten opgeklapt onder je stoel of in de bagagevakken passen. Niet-opklapbare buggy's of andersoortige kinderwagens moeten worden ingecheckt.
 - ✔ **Draagzak of rugdrager.** Als je van plan bent veel te gaan wandelen en geen zin hebt om voortdurend een kinderwagen mee te slepen, kun je het beste een draagzak of rugdrager (alleen voor oudere baby's) meenemen.

- ✔ **Weekenbedje.** Als je naar een hotel gaat, moet je van tevoren een ledikant reserveren. Ga je naar je zus, neem dan een weekend- of campingbedje mee.
- ✔ **Medicijnen.** Je bent op vakantie en de kiezen van je baby beginnen door te komen. Wil je echt op zoek naar een drogist of apotheek? Neem pijnstillers en hoestdrankjes mee die je baby al eerder heeft gebruikt. Als je baby nooit eerder medicijnen heeft gebruikt, vraag dan aan je huisarts of het consultatiebureau wat je het beste mee kunt nemen.
- ✔ **Een horloge met dezelfde tijd als thuis.** Jouw baby is niet echt geïnteresseerd in de tijd van je bestemming – hij wil gewoon eten als hij honger heeft. Een horloge met dezelfde tijd als thuis helpt jou om vast te houden aan zijn schema.
- ✔ **Je eigen autostoeltje.** Je kunt het gewoon inchecken. Autoverhuurbedrijven hebben niet altijd de meest moderne en dus veilige autostoeltjes en ze laten je er vaak flink voor betalen. Daarbij komt dat je van je eigen autostoel precies weet hoe je hem moet vastmaken en hoe je je baby er veilig in kunt vervoeren. Het is wat omslachtig om zo'n ding mee te nemen, maar je hebt er veel profijt van.

Reizen met je baby

Reizen met je baby zit vol uitdagingen en net als je denkt te weten hoe het moet, groeit en ontwikkelt je baby en verandert alles weer. En jij staat voor een nieuwe uitdaging.



Het is niet onmogelijk om een geslaagd reisje buiten de stad te plannen. Aangezien je baby binnen afzienbare tijd veel actiever zal zijn, is dit de ideale periode om je kind ergens mee naartoe te nemen voor je hem voortdurend achterna moet lopen.

Als je baby wat groter wordt, zal reizen een veel grotere uitdaging voor je worden. Als hij bijvoorbeeld moet huilen als hij één maand oud is, kun je er meestal vanuit gaan dat hij honger heeft of een schone luier wil. Als hij zich echter bewuster wordt van de wereld om hem heen, moet je hem veel meer gaan vermaken tijdens een lange reis. Als hij voorkeuren heeft voor bepaald voedsel, zorg er dan voor dat je daarvan voldoende bij je hebt om huil- en driftbuien te voorkomen. En als hij het echt niet volhoudt in het autostoeltje, zul je je gaan afvragen of je ooit nog wel op vakantie kunt voor je kind groot genoeg is om gewoon op de achterbank te zitten.



Het maakt niet wanneer of waarheen je reist, als je maar flexibel bent en geniet van deze nieuwe fase in je reisbeleving.

Ontspannen plannen

Het maakt niet uit waar je met je baby naartoe gaat – naar de andere kant van de wereld of oma's huis – zorg ervoor dat je jezelf genoeg tijd gunt. Baby's zijn onvoorspelbaar en hebben nog nooit gehoord van stiptheid. Jij als nieuwe ouder zult heel waarschijnlijk op het laatste moment nog door het huis rennen op zoek naar de favoriete knuffel van je baby die toch echt per se mee moet.



Maak lijstjes van alles wat je nodig hebt en begin op tijd met inpakken. De zorg voor een baby is arbeidsintensief en tijdrovend en je zult er snel genoeg achterkomen dat de combinatie van vermoeidheid en de intensiteit van deze nieuwe, opwindende ervaring ervoor kan zorgen dat je vergeetachtig wordt. Je zult tijdens een lange autorit ineens in de luiertas gaan rommelen op zoek naar vochtige doekjes, ervan overtuigd dat je ze erin had gedaan.

Baby houdt van zijn vaste schema en je moet er dus voor zorgen dat je baby krijgt wat hij nodig heeft op de tijdstippen dat hij dat verwacht. Pas het schema hooguit een beetje aan als jou dat beter uitkomt. Een voeding vlak voor je in de rij moet staan bij de incheckbalie op het vliegveld (ook al zou hij pas een half uur later moeten eten) zal jouw leven een stuk makkelijker maken (vooral als je een half uur *nadat* hij had moeten eten nog steeds in de rij staat). Dit soort aanpassingen vereisen planning en dat is moeilijk als je pas op het laatste moment de luchthaven in komt rennen.

Je moeder zal misschien rustig twintig minuten wachten met het eten als jij te laat komt, het vliegtuigpersoneel doet dat niet. Zij houden het vliegtuig niet voor je vast omdat jouw baby besloot zijn luier vol te poepen op het moment dat jij de deur uitstapte. Zelfs als je nog nooit in je leven ergens op tijd bent gekomen (misschien *juist* als je nog nooit ergens op tijd bent gekomen), moet je jezelf wat extra tijd gunnen als je met je baby op reis gaat en tijd belangrijk is.



Als je een lange autorit gaat maken, moet je regelmatig pauzes inlassen om je kind uit de autostoel te halen – voor voedingen, luiers verschoneren en omdat je baby dat prettig vindt. Hierdoor kan een vijfjarige reis verandering in een rit van zeven uur. Het is vooral van belang om positief te blijven tijdens zo'n lange reis. Er is namelijk niets dat je eraan kunt veranderen: je kind moet immers eten, heeft elke paar uur een schone luier nodig en moet zo af en toe eens uit dat krappe stoeltje.

Probeer je reis niet te strak te plannen (door precies te bepalen waar en wanneer je gaat stoppen). Baby's zijn onvoorspelbare wezentjes. Misschien slaapt je kleine hummel van punt A tot punt B, maar hij kan ook gaan huilen lang voor jij van plan bent te gaan stoppen.

Het is verstandig dat ook elke twee uur van de reis mama opstaat of uitstapt en rondloopt. Lang stilzitten kan in de periode kort na de bevalling leiden tot bloedproppen in je benen.

Baby onderweg voeden



Door al je bagage en checklists ben je misschien vergeten dat je ook het voedingsschema van je baby in je planning moet verwerken. Als je borstvoeding geeft, zul je wellicht minder privacy hebben dan je gewend bent. Als je baby de fles krijgt, moet je goed bedenken hoe je de flesvoeding goed houdt tijdens je reis en hoeveel voeding je moet meenemen.

Borstvoeding

Wat is er onprettiger dan een baby voeden in de vertrekhal van het vliegveld?

Als je daarop antwoordt: 'Heel veel', dan wordt dit een makkie. Als je daarop antwoordt met 'Niets', dan zou je misschien alvast eens kunnen gaan denken aan andere manieren om je baby te voeden.

In het openbaar borstvoeding geven, is ondertussen behoorlijk geaccepteerd, al zit nog steeds niet iedereen erop te wachten. Ook jij vindt het misschien niet prettig om je borst tevoorschijn te halen in het bijzijn van wildvreemde mensen. Helaas kun je tijdens een reis niet altijd rekenen op privacy.



Gebruik een deken als afscherming, een deken die zo licht is dat je baby het niet te warm zal krijgen en zo groot dat je er gemakkelijk achter kunt schuilen. Je kunt je baby ook in een draagzak houden. (Het is niet toegestaan je baby in een draagzak te dragen tijdens een vlucht. In de volgende paragraaf staan tips voor het veilig vliegen met je kind.) Er is een grote kans dat niemand ziet dat jij je baby voedt.

Sommige vliegvelden hebben een speciale ruimte om baby's te voeden. Deze is vaak dicht bij de toiletten en bevat een stoel en wat stilte om je baby rustig te voeden.



Borstvoeding geven is (letterlijk) de meeste natuurlijke zaak in de wereld en als jij je er prettig bij voelt om je baby waar en wanneer ook te voeden, dan moet je dat gewoon doen. Trek je niets aan van wat andere mensen daarvan vinden (als zij het echt vervelend vinden, laat hen dan een andere plek zoeken). Het is wettelijk toegestaan om in het openbaar borstvoeding te geven – je hoeft je dus van niemand anders iets aan te trekken. Als je naar niet-Westerse landen gaat, kun je het beste van tevoren uitzoeken of het toegestaan en geaccepteerd is dat je je kind in het openbaar voedt.

Flesvoeding

Een baby onderweg flesvoeding geven vereist wat planning. Het is het verstandigste om flessen, voeding en enkele flessen gedistilleerd water in je tas te hebben. Je weet dan zeker dat het water dat je gebruikt altijd

veilig is. Als je bij familie in Nederland logeert, weet je dat het water veilig is, maar in het buitenland is dat niet altijd zeker. Niet elk land hanteert dezelfde hygiënestandaard als wij.



Gebruik nooit water uit bronnen voor het maken van flesvoeding of ander eten. Hier kan een hoge concentratie nitraten inzitten die kan leiden tot de zogenaamde blauwebabyziekte. (Zie hoofdstuk 10 voor meer informatie.)

Zorg dat je voldoende flesvoeding bij je hebt in het geval van onverwachte vertragingen.

Veiligheid in het vliegtuig



Direct na de geboorte met het vliegtuig naar Parijs? Overdenk dat nog maar eens goed, want de meeste vliegmaatschappijen laten geen baby's jonger dan zeven dagen aan boord en sommige artsen adviseren zelfs te wachten met vliegen tot je baby twee tot drie maanden oud is. Luchthavens schijnen een paradijs te zijn voor gerecyclede bacteriën. Een pasgeboren baby is bijzonder vatbaar voor verkoudheden (omdat zijn immuunsysteem nog niet volledig ontwikkeld is). Hij heeft daarbij ook de neiging veel zieker te worden dan een oudere baby, en dat is wel het laatste waarop je zit te wachten tijdens een vakantie.



Kinderen onder de twee jaar vliegen gratis, maar krijgen dan geen eigen stoel. Ze moeten bij een van de ouders op schoot zitten. Dit kan gevaarlijk zijn bij zware turbulentie of een ongeval. De nek van een jonge baby moet bovendien voortdurend worden ondersteund. En in het geval dat de luchtdruk wegvalt in de cabine komt er ook slechts één zuurstofmasker naar beneden per stoel (moeten we nog meer zeggen?). Je kunt de baby ook in je eigen autostoeltje laten vliegen, zolang deze kan worden vastgemaakt aan de vliegtuigstoel. Je moet dan wel betalen voor de stoel. Voor baby's tot zes maanden (maximaal 65 cm en 9 kg) kun je een wiegje reserveren. Deze wiegjes zijn echter niet op alle vluchten beschikbaar.

Betaal extra en zorg voor een stoel voor je baby, alleen al voor je eigen rust tijdens de vlucht. Luchtvaartmaatschappijen bieden vaak een korting aan voor stoelen voor kinderen onder de twee jaar. Zij werken zo mee aan de veiligheid van je kind – doe jij dat ook!

Je vraagt je misschien af of het veilig is je baby tijdens de vlucht in een draagzak te dragen. Op die manier is hij hoe dan ook dicht bij je en hoeven je armen hem niet te beschermen in geval van een noodsituatie. Toch adviseren wij je dit niet te doen. Veel luchtvaartmaatschappijen zullen deze manier van vervoeren niet accepteren in het vliegtuig en op deze manier is de nek van je kind nog steeds niet beschermd. Een draagzak biedt nu eenmaal niet dezelfde bescherming als een autostoeltje. Waarom zou je het risico nemen?

Autostoelperikelen

De rug kromt zich. Het huilen begint. Het gezicht en de nek van je baby worden rood door het geschreeuw. De autostoeloorlog is begonnen.



Het maakt niet uit hoe lang de autorit duurt, je mag nooit toegeven aan de neiging om je baby uit zijn autostoeltje te halen in een rijdende auto of gedurende langere periodes tijdens een vlucht. Hij is echt het veiligst in zijn stoeltje, ook al kan hij het zelf niet echt waarderen. Een ongeluk zit in een klein hoekje en meestal zonder aankondiging. Het is waarschijnlijk je bedoeling hem te troosten en stil te krijgen als je hem uit het stoeltje haalt, maar hij wordt dan wel blootgesteld aan de gevaren van het verkeer.

Het geschreeuw van je baby moeten aanhoren is echter een gevaar op zich als jij zelf aan het rijden bent. Je kunt er ook van uitgaan dat je medepassagiers in het vliegtuig het geschreeuw van je baby niet echt zullen waarderen.



Ga eerst de volgende dingen na:

- ✓ Zou hij honger hebben?
- ✓ Heeft hij een vieze luier?
- ✓ Is het tijd voor een dutje?
- ✓ Heeft hij het te warm?
- ✓ Prikst of schaaft iets hem? (Een label in zijn T-shirt kan het arme kind helemaal overstuur maken.)

Als je baby zich echter gewoon ellendig voelt omdat hij nu eenmaal vastzit in dat stoeltje en als hij nog lang geen slaapje hoeft te doen, dan is aan jou de taak om hem af te leiden en te troosten. Dit is nou de reden dat je je luiertas tot aan de rand toe gevuld hebt met van alles en nog wat. Kom maar op met de hapjes en cadeautjes (niet te snel, anders raakt hij overstuur van alle nieuwe dingen die op hem afkomen). Een favoriete knuffel of een speeltje kunnen hem misschien een paar minuten afleiden. Een lekker hapje zou hem wel eens heel gelukkig kunnen stemmen. Lees zijn favoriete boekje voor, speel wat vingerspelletjes of zing liedjes voor hem. Je baby kan ook last hebben van zijn oortjes door het stijgen of landen; een speen of fles kan dan een uitkomst zijn.

Zelfs als het wel tijd is voor een dutje moet je er niet van uitgaan dat je reizende baby zomaar in slaap zal vallen. Hij bevindt zich tenslotte niet in zijn eigen bedje, maar ligt wel temidden van allerlei onbekende prikkels die ervoor kunnen zorgen dat je baby de slaap niet kan vatten. Als je baby klaarwakker lijkt op het moment dat hij eigenlijk zou moeten gaan slapen, kun je hem over zijn hoofdje aaien. Ook een speen kan wonderen doen. Als je op een vliegveld zit te wachten, kun je hem vasthouden, over zijn rug wrijven en hem heen en weer wiegen. Zelfs als hij niet in slaap valt, zal hij in elk geval een tijdje rustig zijn en dat is beter dan niets.



Blijf rustig. Zelfs als je stoppen op doorslaan staan omdat je baby de oren van je hoofd schreeuwt, is het belangrijk om kalm te blijven. Haal diep adem, tel tot tien, concentreer je op iets heel anders, maar word niet boos. Je baby is nog te klein om dat te begrijpen en hij huilt niet om jou te plagen. Hij wil gewoon uit dat stoeltje en wel *direct*. Als je je stem tegen hem verheft, maak je de situatie waarschijnlijk alleen maar erger. De twee grootste uitdagingen voor ouders zijn geduld hebben en begrip opbrengen op momenten dat dat het moeilijkste is. Zie dit als een gelegenheid om deze vaardigheden te oefenen. (Nee, *echt*.)

Vakantie? Welke vakantie?

Besef tijdens het voorbereiden van je vakantie goed dat je manier van reizen voorgoed veranderd zijn. De dagen dat je tot tien uur kon uitslapen, van 's morgens tot 's avonds op het strand kon liggen en de nachten kon doorbrengen met dansen en drinken zijn voorbij. Vakanties met baby's en jonge kinderen zijn zoets als je dagelijkse leven verplaatsen naar een leukere locatie. Je kind bepaalt de dag tot hij groot genoeg is om te beseffen dat hij niet het middelpunt van de wereld is (zo ongeveer op zijn twintigste).



Schema's, vermoeidheid en luiers verschonen zijn nu een vast onderdeel van je vakantie geworden. Je zult waarschijnlijk niet in de beste restaurants van de stad eten en je baby meenemen naar flitsende theatervoorstellingen. In plaats daarvan zul je in restaurants eten waar je snel weer weg kunt (je baby heeft niet zo veel geduld) en de plaatselijke dierentuin bezoeken.

Misschien kun je een paar dingen die jou interesseren in je reis integreren, maar bepaalde soorten vakantie behoren voorlopig niet tot jouw mogelijkheden. Als je bijvoorbeeld graag gaat wandelen in de bergen, kun je je baby gedurende korte wandelingen wel meenemen in een rugdrager, maar als je graag de hele dag musea bezoekt, zul je minder geluk hebben met je baby. Zijn voedings- en slaapschema's bepalen jouw dag. Als hij gewend is aan een middagslaapje van twee uur en elke avond om zeven uur naar bed gaat, zul jij je dag zo moeten indelen dat je dat schema kunt aanhouden. Dat geldt ook voor maaltijden. En als je een kind hebt dat niet graag in een kinderwagen of buggy zit, dan kun je een dagje rondwandelen in de stad ook wel vergeten.

Kies een bestemming die geschikt is voor je baby. Als hij van lopen houdt, logeer dan vlakbij een park. Als hij graag in de kinderwagen zit en om zich heen kijkt, neem hem dan mee naar een stad. Verwacht niet van je baby dat hij zich kan aanpassen aan jouw verwachtingen van een vakantie. Jij zult je moeten aanpassen aan hem.



Over het algemeen geldt dat je je baby het gemakkelijkst ergens mee naartoe kunt nemen waar je de thuissituatie kunt nabootsen. Om die reden is een appartement of vakantiehuisje een goede optie. Je kunt je

Herschrijf je grootse vakantieplannen

Een vakantie met kleine kinderen lijkt soms meer werk dan de moeite waard is, vooral als je gewend bent om met niemand rekening te hoeven houden tijdens je vakantie. Door jezelf aan te passen, maak je het reizen met een baby een stuk prettiger. Toen James Gaylords dochter Abby een baby was, gingen hij en zijn vrouw met haar kamperen. Abby's koliek besloot mee te gaan. Maar in plaats van om te keren en naar huis te gaan, maakten de Gaylords een hangmat om de kleine meid in te schommelen en kalmeren (en daarmee ook de andere kampeerders). Het gezin had een ge-

slaagde eerste vakantie in de natuur en de herinneringen aan die reis zijn dan ook zeer waardevol gebleven. Het is moeilijk om je voor te stellen dat je al dat werk aankunt en ook nog van de reis kunt genieten tot je zelf in die situatie zit. Het is een heel nieuwe ervaring, maar de voordelen overtreffen de nadelen. Elke keer dat je je kind meeneemt op reis,ervaart hij nieuwe situaties – en jij ook. Je kind leert iets over zijn nieuwe omgeving, terwijl jij iets leert over hem en jezelf (en waartoe jij in staat bent) én je gezinsleven.

baby op tijd in bed leggen, in een eigen kamer, zonder dat je de rest van de avond op je tenen hoeft te lopen.

Reizen met je baby is, ondanks al het werk en alle zorgen, zeker de moeite waard. Elke vakantie is een voorbereiding op de volgende en een extra moment om je kind beter te leren kennen.



Een baby die de fles krijgt, kan een paar dagen bij een betrouwbare verzorger worden achtergelaten als mama (en/of papa) behoefte heeft aan wat tijd voor zichzelf. Moeders die de borst geven, zijn wellicht de hele vakantie zonder baby bezig met het kolven van moedermelk. Ongeacht de situatie zul je er echter achterkomen dat je een groot deel van je onbekommerde tijd bezig bent met denken aan je baby.

De veiligheid van je baby als je van huis bent

Als je je vakantie realistisch tegemoet wilt treden, zul je van tevoren aan alle dingen moeten denken die eventueel zouden kunnen gebeuren. Zal hij goed slapen? Zou hij ziek kunnen worden? Wie blijft bij hem in het huisje of hotel als hij slaapt en wie krijgt dan even pauze? Probeer zoveel mogelijk details van tevoren te bespreken en denk daarbij ook aan een eventueel rampenplan (en wat je daarvoor mee moet nemen). Je zult zien dat je veel minder gespannen op de plaats van bestemming zult aankomen.



Hier volgen enkele tips om je baby te beschermen tijdens je vakantie.

- ✔ **Controleer de plaats van bestemming direct op mogelijke gevaren voor je baby en probeer ze te verhelpen.** Neem stopcontactbeveiligers mee en knoop gordijnkoorden hoog op zodat je baby er niet bij kan.
- ✔ **Neem zonnecrème met een hoge beschermingsfactor mee.** Smeer je baby vaak en royaal in. Baby's onder de zes maanden moet je helemaal uit de zon houden.
- ✔ **Let op de golven.** Zelfs op een relatief rustige dag kan een onverwachte golf je baby omgooien en mee het water in sleuren. Houd je baby uit de zee. Als de zee wat ruw is, moet je ook niet met je baby in de armen in de zee gaan staan. Als een golf jou omgoot, zul je je baby niet vast kunnen houden. Blijf liever bij het zwembad en zorg voor voortdurend lichamelijk contact met je baby.
- ✔ **Laat je baby nooit alleen achter.** Laat hem geen seconde alleen achter in de auto, op het vliegveld of in een hotelkamer. Een oververhitte auto kan dodelijk zijn voor een jong kind en hoewel het niet vaak gebeurt, kan een kind ook ontvoerd worden.
- ✔ **Zoek uit waar het dichtstbijzijnde ziekenhuis of de eerste hulp is.** In het geval van ziekte of verwonding wil je geen tijd verliezen met het zoeken naar hulp voor je baby.