

Een zomer om niets te vergeten



Zeker weten dat je niets vergeet?

Wij hebben alvast een complete zomer-checklist voor je gemaakt.
Zo ga je goed voorbereid op reis. Fijne vakantie!

Verzorging

- Toilettas
- Shampoo
- Crèmespoeling
- Haarmasker
- Doucheegel
- Intiem hygiëne
- Deodorant
- Tandborstel
- Tandpasta
- Tandenzakjes
- Flossdraad
- Mondspoeling
- Haarborstel/kam
- Haaraccessoires
- Haarstyling
- Dag- en nachtcrème
- Bodylotion
- Zonnebrandcrème
- Aftersun
- Nagelknipper/-vijl/-schaar
- Pincet
- Handzeep/Direct desinfect (reserve)bril
- Brilpoetsdoekjes
- Lenzen/-spullen
- Lippenbalsem met SPF
- Voetverzorging
- Maandverband/
inlegkruisjes/tampons

Gezondheid

- Anti-insect
- Na de beet
- Tekenset
- Verbanddoos/pleisters/
verbandmiddelen
- Desinfecteermiddel
- Pijnstillers
- Maagzuurremmer
- Diarreeremmer
- Laxeermiddel
- Reistabletten
- Anticonceptie
- Oog-/oordruppels
- Koortslipzalf
- ORS
- Vitaminen
- Eigen medicijnen

Schoonheid

- Make-up en
make-upremover
- Nagellak en
nagellakremover
- Ontharing
- Wattenschijfjes/-staafjes
- Föhn
- Aftershave
- Parfum

Overig

- Mobiele telefoon
- E-reader/boeken/
tijdschriften

- Tablet
- Foto-/videocamera
- Hoofd-/oortelefoon
- Oplader(s)
- Batterijen
- Extra geheugenkaart
- Reisdocumenten
- Paspoort/identiteitskaart
- Medicijnenpaspoort
(via je apotheek)
- Alarmnummers
- Pas zorgverzekering
- Pinpas/creditcard
(internationaal) Rijbewijs
- Routekaarten
- Tolvignet
- Milieusticker
- Strand-/rugtas
- Reisspelletjes
- Zonnebril
- Spiegeltje
- Slippers
- Papieren zakdoekjes
- WC-brildoekjes
- Handwasmiddel
- Verfrissingsdoekjes
- Wegwerpwashandjes
- Zwemluiers
- Vochtig toilet papier
- Citronella kaars
- Regenponcho
- Oordopjes voor vliegen
- Oordopjes voor slapen
- Strandspullen
- Wereldstekker



Een zomer om niets te vergeten

Achterbank

Maak het voor de kids gezellig onderweg in de auto, met kinderroutekaarten (ANWB), een tas vol lekkers en verrassingen en zo nu en dan een spelletje 'Ik ga op reis en neem mee...'

Prik

Bescherm je tegen muggen en teken met een anti-insectenspray met DEET. Ga je erop uit in de bossen? Neem een tekening mee.

Handbagage

Ga je op vakantie met het vliegtuig? Vergeet dan niet je eigen medicijnen en een schone onderbroek in je handbagage te stoppen. Voor het geval je koffer er iets langer over doet dan jij...

Zonkracht

Doseer het aantal uren dat je in de zon zit. Zeker in het begin. Zorg voor schaduw, een hoed of een parasol. Blijf tussen 12.00 en 15.00 uur uit de zon én smeer je regelmatig in!

H₂O

Elke dag 2 liter water drinken is op vakantie helemaal een must. Kun je het niet uit de kraan drinken, kook het dan eerst, of koop flessen water in de winkel.

Handen wassen

Waar je ook bent, was altijd je handen na elk toiletbezoek en voor elke maaltijd. Is er geen water en zeep in de buurt, gebruik dan een desinfecterende handgel.

Misselijk

Last van reisziekte in de auto, het vliegtuig of op de boot? Zorg dat je altijd een reispilletje en flesje water in je handbagage hebt.

Slaapstand

Ben je niet onderweg? Geef je telefoon ook lekker vakantie. Zet 'm uit of leg hem ver buiten handbereik. Maak er een sport van wie het langst niet heeft gekeken.