

TIPY NA PRÁZDNINY ...

Pravidla pro dovolenou s dětmi

Chystáte se v létě s dětmi na dovolenou? Základem je plánovat a dodržovat jednoduchá pravidla, zvláště pokud vyrazíte na cesty s kojencem a batolaty.

1. Příprava

Zaměřte se na výběr destinace, její vzdálenost a čím budete cestovat. Jako první byste měli mít na paměti pohodlí dítěte – nikoli vaše.

2. Co zabalit

Předem si připravte seznam věcí, které budete potřebovat (určitě nemusíte vozit vše, co jinak využíváte každý den). Určitě nezapomeňte na lékárníčku! Podívejte se, jestli jste si zabalili skutečně vše.

3. Očkování

Zkontrolujte, zda má dítě všechna povinná očkování za sebou. A považujte o očkování nepovinném, například proti klíšťové encefalitidě apod. Cestujete-li do exotických zemí, poraďte se i o dalších očkováních.

4. Pozor na nevolnost

Cestovní nevolnost, tzv. kinetóza, se u kojenců projevuje neklidem a pláčem, u větších batolat pocíty na zvracení či zvracením, bolestmi břicha. Trpí-li dítě cestovní nevolností, před jízdou

mu dejte sníst něco lehčího (nejsou vhodná tučná jídla, čokoláda a podobně).

5. Kdo si hraje, nezlobí

Nezapomínejte na to, že o dovolené byste měli zajistit zábavu pro děti.

6. Jídelníček o dovolené

Zdravá a vyvážená strava má být

samozeřejmostí také o dovolené. Správný jídelníček má obsahovat dostatek obilovin (zejména v podobě kaší), masa, ovoce, zeleniny a také mléka.

-Im-

SPECIÁLNÍ AKCE KE DNI DĚTÍ

> SLEVA 3000 Kč
NA PRVNÍ I DRUHÉ DÍTĚ
při rezervaci do 7.6.



Slevy lze uplatnit na pobočkách FIRO-tour, u autorizovaných prodejců i při on-line nákupu na www.firotour.cz.

FIRO-tour, Masarykovo nám. 35/110, 586 00 Jihlava, tel.: 561 105 900

firo tour
CESTOVNÍ KANCELÁŘ



Sirný pramen plný zdraví

CHYTRÁ DOVOLENÁ

KATALOG ZDARMA!



Napište si o katalog všech pobytů. Stačí poslat SMS ve tvaru: VYSOCINA, jméno, adresa a psč na číslo 777 914 855 nebo totéž na e-mail: vysocina@hotel-kostelec.cz

Samostatné ubytování a plná penze s doplatkem

Hotel Lázně Kostelec u Zlína
Lázně 493, 76314 Zlín 12

Tel.: 577 152 111, 577 152 152
E-mail: vysocina@hotel-kostelec.cz

Doporučujeme vyzkoušet



BEZVA DOVČA

(7 dní / 6 nocí)
sportovní karta v ceně

- 1 osoba
- polopenze
- 6 050,- Kč

POHODOVÁ RELAXACE

(5 dní / 4 nocí)
5 lázeňských procedur

- 1 osoba
- polopenze
- 4 820,- Kč

www.hotelkostelec.cz