

Dovolená u moře s malým dítětem



Dovolená k moři s malým dítětem: Ano nebo ne?

Samozřejmě záleží, s jak starým dítětem se chystáte na dovolenou. Obecně platí, že **do roka byste neměli s dítětem jezdit příliš daleko.** Takto malé dítě velmi citlivě reaguje na jakoukoliv změnu režimu, ale samozřejmě i prostředí a celkově klimatu. Vaše miminko by bylo ve stresu, více by plakalo, a tak byste si takovou dovolenou neužili ani vy.

Ovšem ani rodičům s dětmi do tří let se nedoporučuje cestovat do jiného klimatu či celkově podstupovat dlouhou cestu. Až po třetím roce mají dítka plně vyvinutou termoregulaci a i jejich imunitní systém je v této době již odolnější.

A v kolika letech tedy s potomkem vyrazit k moři? Samozřejmě na dovolené uvidíte děti různého věku a **konečné rozhodnutí je na vašem uvážení. Je třeba vzít rovněž v potaz, kam se chystáte a na jak dlouho.** Přihlédnout byste měli i k povaze vašeho dítěte. Každé se individuálně přizpůsobuje změnám.

Obecně však odborníci doporučují zahraniční dovolenou u moře až tak kolem tří let dítěte. Pokud se přeci jen rozhodnete cestovat s malými dětmi pod tři roky, vyvarujte se příliš dlouhým cestám, oblastem s výrazně rozdílným klimatem, vysokým horám a nelétejte ani nikam, kde je velký časový posun. **Biorytmy dětí jsou citlivější než u dospělých lidí.**

Příjemná dovolená nemusí být jen u moře

Rozhodli jste se, že je váš potomek příliš malý na dovolenou u moře, nebo vám letos na zahraniční dovolenou nezbyly peníze? Nezoufejte. **I v Čechách je mnoho krásných míst, kde si můžete užít příjemnou dovolenou.** Vy jistě moře oželíte a **malým dětem je jedno, jestli dovádějí u českého rybníku či někde na exotické dovolené.**