

CHECK LIST

CO SI VZÍT S SEBOU NA VÝLET?

E L I S



design

CO SI VZÍT S SEBOU NA

JEDNODENNÍ VÝLET

DÍTĚ

Do malého batůžku:

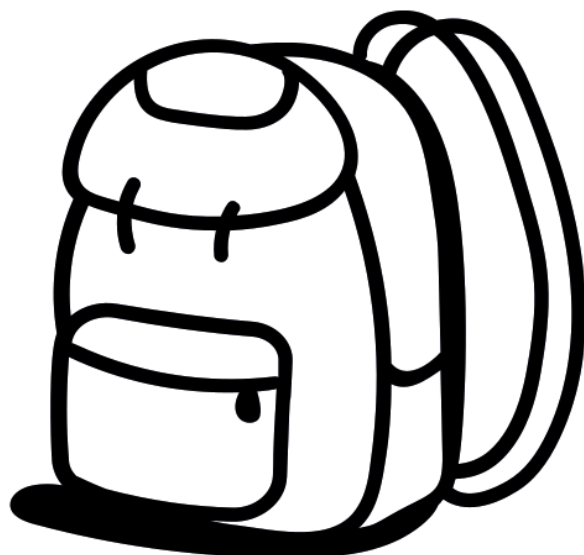
- ☐ PITÍ
- ☐ SVAČINKA
- ☐ PLÁŠTĚNKA NEBO NEPROMOKAVÁ BUNDA
- ☐ NÁHRADNÍ KOUSEK OBLEČENÍ
- ☐ BALÍČEK KAPESNÍKŮ
- ☐ ŠÁTEK NEBO JINÁ POKRÝVKA HLAVY

V létě se hodí i:

- ☐ PLAVKY
- ☐ SLUNEČNÍ BRÝLE

Pro malé dobrodruhy navíc:

- ☐ BATERKA
- ☐ DĚTSKÝ ZAVÍRACÍ NOŽÍK
- ☐ TURISTICKÝ ZÁPISNÍK



CO SI VZÍT S SEBOU NA

JEDNODENNÍ VÝLET

RODIČ

Do většího batohu (20–30l):

- ☐ PITÍ
- ☐ SVAČINA PRO SEBE + CO NEUNESOU DĚTI
- ☐ DOBROTY NA „POKLAD“
- ☐ PLÁŠTĚNKA/DEŠTNÍK NEBO NEPROMOKAVÁ BUNDA
- ☐ NÁHRADNÍ KOUSEK OBLEČENÍ
- ☐ NÁHRADNÍ KOUSEK OBLEČENÍ PRO DÍTĚ
- ☐ 2 BALÍČKY KAPESNÍKŮ
- ☐ MALÁ LÉKÁRNIČKA
- ☐ DOKLADY + PENÍZE (hotovost se někdy hodí)
- ☐ PLAVKY
- ☐ SLUNEČNÍ BRÝLE
- ☐ OPALOVACÍ KRÉM

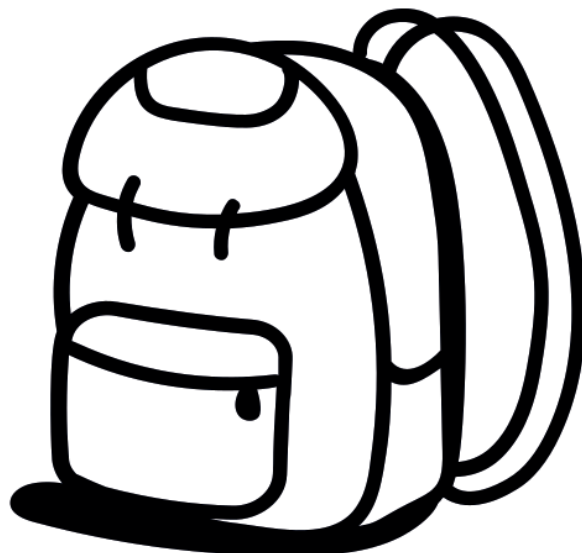
Pro velké dobrodruhy navíc:

- ☐ NĚCO NA HRU BĚHEM VÝLETU (BALÓLEK, KOLÍČEK, FREESBEE, ŠÁTEK)
- ☐ KUS TENKÉHO LANA (NA RŮZNÉ HRY)
- ☐ BATERKA
- ☐ ZAVÍRACÍ NOŽÍK



PŘEDEM SI ZJISTIT:

- otevírací doby
- předpověď počasí
- odjezdy vlaků/autobusů
- stahněte si mapu oblasti



CO SI VZÍT S SEBOU NA DOVOLENOU NA HORÁCH

Množství oblečení se bude odvíjet od počtu dní dovolené a cílové destinace, ale vycházejme z modelu 1 týden.

DÍTĚ

- | | |
|--|--|
| ☐ PONOŽKY | |
| ☐ SPODNÍ KALHOTY | |
| ☐ TRIČKA S KRÁTKÝM RUKÁVEM 3x | |
| ☐ TRIČKA S DLOUHÝM RUKÁVEM 2x | |
| ☐ KRAČASY / SUKÝNKA / ŠATIČKY 2–3x | |
| ☐ TEPLÁKY / DLOUHÉ TURISTICKÉ KALHOTY / SPORTOVNÍ LEGÍNY 2–3x | |
| ☐ MIKINA | |
| ☐ KALHOTY DO DEŠTĚ (šustákové, softshell, pogumované) | |
| ☐ BUNDA (větrovka, lehký softshell) | |
| ☐ PLÁŠTĚNKA | |
| ☐ ŠÁTEK / NÁKRČNÍK | ☐ OBLÍBENÁ KNÍŽKA |
| ☐ JARNÍ ČEPICE, KLOBOUČEK / KŠILTOVKA | ☐ OBLÍBENÁ HRA / HRAČKA |
| ☐ SLUNEČNÍ BRÝLE | ☐ HRY NA VEN |
| ☐ PLAVKY | ☐ PSACÍ A KRESLÍCÍ POTŘEBY |
| ☐ PYŽAMKO | ☐ PAPIRY / BLOK / SEŠIT S ÚKOLY |
| ☐ RUČNÍK (podle typu ubytování) | ☐ TURISTICKÝ DENÍČEK |
| ☐ PAPIROVÉ KAPESNÍKY | ☐ MALÝ BATŮŽEK NA VÝLETY |
| ☐ HYGIENICKÉ POTŘEBY | ☐ BATERKA (čelovka) |
| ☐ PŘEZŮVKY | ☐ DĚTSKÝ ZAVÍRACÍ NOŽÍK |
| ☐ TENISKY | |
| ☐ PEVNĚJŠÍ NEPROMOKAVÉ TURISTICKÉ BOTY (pohorky) | |
| ☐ SANDÁLKY | |
| ☐ HOLÍNKY / BOTY K VODĚ | |



CO SI VZÍT S SEBOU NA DOVOLENOU NA HORÁCH

Množství oblečení se bude odvíjet od počtu dní dovolené a cílové destinace, ale vycházejme z modelu 1 týden.

RODIČ

- | | |
|---|---|
| ☐ PONOŽKY | |
| ☐ SPODNÍ KALHOTY | |
| ☐ TRIČKA S KRÁTKÝM RUKÁVEM | |
| ☐ TRIČKA S DLOUHÝM RUKÁVEM | |
| ☐ KRAČASY / TURISTICKÁ SUKNĚ / ŠATKY | |
| ☐ TEPLÁKY / DLOUHÉ TURISTICKÉ KALHOTY / SPORTOVNÍ LEGÍNY | |
| ☐ MIKINA | |
| ☐ KALHOTY DO DEŠTĚ | |
| ☐ BUNDA (větrovka, lehký softshell) | ☐ KNIHA / ČTEČKA / ČASOPIS |
| ☐ TURISTICKÁ PLÁŠTĚNKA / DEŠTNÍK | ☐ RODINNÉ HRY / DESKOVKY |
| ☐ ŠÁTEK / NÁKRČNÍK | ☐ PROPISKA |
| ☐ POKRÝVKA HLAVY PROTI SLUNCI I DO CHLADU | ☐ BATOH NA VÝLETY |
| ☐ SLUNEČNÍ BRÝLE | ☐ BATERKA (čelovka) |
| ☐ PLAVKY | ☐ ZAVÍRACÍ NOŽÍK |
| ☐ PYŽAMO | ☐ MOBIL + NABÍJEČKA |
| ☐ RUČNÍK (podle typu ubytování) | ☐ DOKLADY PRO SEBE I DĚTI |
| ☐ PAPIROVÉ KAPESNÍKY | ☐ KARTIČKA POJIŠTĚNCE |
| ☐ HYGIENICKÉ POTŘEBY | ☐ PENĚŽENKA |
| ☐ OPALOVACÍ KRÉM, UV POMÁDA NA RTY | |
| ☐ SPRCHOVÝ GEL, ŠAMPÓN | |
| ☐ CESTOVNÍ LÉKARNIČKA | |
| ☐ REPELENT | |
| ☐ PEVNĚJŠÍ NEPROMOKAVÉ TURISTICKÉ BOTY (pohorky) | |
| ☐ PŘEZŮVKY | |
| ☐ TENISKY, SANDÁLY NEBO JINÁ LETNÍ OBUV | |



PŘEDEM SI Z(A)JISTIT:

- cestovní pojištění (u zahraničních cest)
- předpověď počasí
- stahněte si mapu dané oblasti
- případná omezení / pravidla pro konkrétní oblasti (např. národní parky, horské trekky)



CO SI VZÍT S SEBOU NA CYKLO DOVOLENOU

Množství oblečení se bude odvíjet od počtu dní dovolené a cílové destinace, ale vycházejme z modelu 1 týden.



- ☐ PONOŽKY
- ☐ SPODNÍ KALHOTY
- ☐ TRIČKA S KRÁTKÝM RUKÁVEM 3 x
- ☐ TRIČKA S DLOUHÝM RUKÁVEM 2 x
- ☐ TRIČKO NA KOLO
- ☐ KRAŽASY / SUKÝNKA / ŠATIČKY 2–3 x
- ☐ TEPLÁKY / DLOUHÉ TURISTICKÉ KALHOTY / SPORTOVNÍ LEGÍNY 2–3 x
- ☐ CYKLISTICKÉ KRAŽASY I DALŠÍ KALHOTY (legíny)
- ☐ KALHOTY DO DEŠTĚ (šustákové, softshell, pogumované)
- ☐ MIKINA
- ☐ BUNDA (větrovka, lehký softshell)
- ☐ CYKLISTICKÉ RUKAVICE A HELMA
- ☐ PLÁŠTĚNKA
- ☐ ŠÁTEK / NÁKRČNÍK
- ☐ JARNÍ ČEPICE, KLOBOUČEK / KŠILTOVKA
- ☐ SLUNEČNÍ BRÝLE
- ☐ PLAVKY
- ☐ PYŽAMKO
- ☐ RUČNÍK (podle typu ubytování)
- ☐ PAPIROVÉ KAPESNÍKY
- ☐ HYGIENICKÉ POTŘEBY
- ☐ PŘEZŮVKY
- ☐ TENISKY
- ☐ PEVNĚJŠÍ NEPROMOKAVÉ TURISTICKÉ BOTY (pohorky)
- ☐ SANDÁLKY
- ☐ HOLÍNKY / BOTY K VODĚ
- ☐ BOTY VHODNÉ NA KOLO
- ☐ OBLÍBENÁ KNÍŽKA
- ☐ OBLÍBENÁ HRA / HRAČKA
- ☐ HRY NA VEN
- ☐ PSACÍ A KRESLÍCÍ POTŘEBY
- ☐ PAPIRY / BLOK / SEŠIT S ÚKOLY
- ☐ TURISTICKÝ DENÍČEK
- ☐ MALÝ BATŮŽEK NA VÝLETY
- ☐ BRAŠNA NA KOLO / CYKLOBATŮŽEK
- ☐ LAHEV NA PITÍ
- ☐ BATERKA (čelovka)
- ☐ DĚTSKÝ ZAVÍRACÍ NOŽÍK



CO SI VZÍT S SEBOU NA CYKLO DOVOLENOU

Množství oblečení se bude odvíjet od počtu dní dovolené a cílové destinace, ale vycházejme z modelu 1 týden.

RODIČ

- | | |
|---|---|
| ☐ PONOŽKY | |
| ☐ SPODNÍ KALHOTY | |
| ☐ TRIČKA S KRÁTKÝM RUKÁVEM | |
| ☐ TRIČKA S DLOUHÝM RUKÁVEM | |
| ☐ TRIČKO NA KOLO | |
| ☐ KRAŽASY / TURISTICKÁ SUKNĚ / ŠATKY | |
| ☐ TEPLÁKY / DLOUHÉ TURISTICKÉ KALHOTY / SPORTOVNÍ LEGÍNY | |
| ☐ CYKLISTICKÉ KRAŽASY I DELŠÍ KALHOTY | |
| ☐ MIKINA | |
| ☐ KALHOTY DO DEŠTĚ | ☐ CESTOVNÍ LÉKÁRNIČKA |
| ☐ BUNDA (větrovka, lehký softshell) | ☐ CYKLISTICKÉ RUKAVICE A HELMA |
| ☐ TURISTICKÁ PLÁŠTĚNKA / DEŠTNÍK | ☐ KNIHA / ČTEČKA / ČASOPIS |
| ☐ ŠÁTEK / NÁKRČNÍK | ☐ RODINNÉ HRY / DESKOVKY |
| ☐ POKRÝVKA HLAVY PROTI SLUNCI I DO CHLADU | ☐ PROPISKA |
| ☐ SLUNEČNÍ BRÝLE | ☐ BATOH NA VÝLETY |
| ☐ PLAVKY | ☐ BRAŠNA NA KOLO / CYKLOBATOH |
| ☐ PYŽAMO | ☐ LAHEV NA PITÍ |
| ☐ RUČNÍK (podle typu ubytování) | ☐ BATERKA (čelovka) |
| ☐ PAPIROVÉ KAPESNÍKY | ☐ ZAVÍRACÍ NOŽÍK |
| ☐ HYGIENICKÉ POTŘEBY | ☐ MOBIL + NABÍJEČKA |
| ☐ OPALOVACÍ KRÉM, UV POMÁDA NA RTY | ☐ DOKLADY PRO SEBE I DĚTI |
| ☐ SPRCHOVÝ GEL, ŠAMPÓN | ☐ KARTIČKA POJIŠTĚNCE |
| ☐ REPELENT | ☐ PENĚŽENKA |
| ☐ PEVNĚJŠÍ NEPROMOKAVÉ TURISTICKÉ BOTY (pohorky) | |
| ☐ PŘEZŮVKY | |
| ☐ TENISKY | |
| ☐ SANDÁLY NEBO JINÁ LETNÍ OBUV | |
| ☐ BOTY VHODNÉ NA KOLO | |



PŘEDEM SI Z(A)JISTIT:

- cestovní pojištění (u zahraničních cest)
- předpověď počasí
- stáhněte si mapu dané oblasti
- případná omezení / pravidla pro konkrétní oblasti (např. národní parky, horské treky)



CO SI VZÍT S SEBOU NA

DOVOLENOU U MOŘE



Podle počtu strávených dní, odhadem 1-2 oufity na počet dní dovolené.

DÍTĚ

- ☐ SPODNÍ PRÁDLO
- ☐ PONOŽKY
- ☐ TRIČKO S KRÁTKÝM RUKÁVEM
- ☐ KRAČASY / SUKÝNKY
- ☐ ŠATY
- ☐ PYŽAMO
- ☐ SANDÁLY
- ☐ BOTY DO VODY
- ☐ TENISKY
- ☐ UV TRIČKO / OVERAL 1-2 x
- ☐ PLAVKY 2 x
- ☐ KLOBOUK NEBO KŠILTOVKA 2 x
- ☐ LEHKÁ LETNÍ BUNDA
- ☐ PLÁŠTĚNKA
- ☐ MIKINA

Hygiena

- ☐ KARTÁČEK NA ZUBY
- ☐ DĚTSKÁ PASTA
- ☐ ŠAMPON
- ☐ SPF KRÉM (minimální faktor 50)
- ☐ SPRCHOVÝ GEL
- ☐ KRÉM PO OPALOVÁNÍ
- ☐ DEZINFEKČNÍ GEL
- ☐ HŘEBEN / KARTÁČ NA VLASY
- ☐ PAPIROVÉ KAPESNÍKY

Na pláž

- ☐ PLÁŽOVÁ TAŠKA NEBO BATOH
- ☐ PONČO / ŽUPAN K VODĚ
- ☐ DEKA NA PLÁŽ
- ☐ PLÁŽOVÉ OSUŠKY
- ☐ RUČNÍKY NA PLÁŽ
- ☐ KLOBOUK / KŠITOVKA
- ☐ BRÝLE
- ☐ POMŮCKY NA PLAVÁNÍ
- ☐ HRAČKY NA PÍSEK
- ☐ LAHEV NA VODU

Pro miminko

- ☐ PŘEBALOVACÍ TAŠKA
- ☐ PLENY
- ☐ VLHČENÉ UBROUSKY
- ☐ PŘEBALOVACÍ PODLOŽKA
- ☐ KRÉM NA OPRUZENINY
- ☐ LÁTKOVÉ PLENY
- ☐ NOSÍTKO / ŠÁTEK
- ☐ LAHVIČKY
- ☐ UMĚLÉ MLÉKO
- ☐ PŘÍKRMY
- ☐ LŽIČKY
- ☐ BRYNDÁK
- ☐ DUDLÍKY (Pokud víte, že bez něj dítě neusne, vezměte minimálně 3 ks.)
- ☐ MENŠÍ PLÁŽOVÝ STAN / STÍNÍTKO

Na cestu

- ☐ OBLEČENÍ NA PŘEVLEČENÍ
- ☐ SVAČINA (velká a bohatá)
- ☐ LAHEV NA PITÍ (Na letišti před security kontrolou je potřeba vypít, poté můžete znovu naplnit.)

Zábava na cestu a večery

- ☐ KNÍŽKY, OMALOVÁNKY, PASTELKY
- ☐ ALBI TUŽKA S KNÍŽKAMI
- ☐ OBLÍBENÉ MENŠÍ HRAČKY
- ☐ NOVÉ MENŠÍ HRAČKY A KNÍŽKY
- ☐ SPOLEČENSKÉ HRY NEBO KARTY

Ostatní*

- ☐ KOČÁREK / GOLFKY
- ☐ CESTOVNÍ POSTÝLKA
- ☐ AUTOSEDAČKA
- ☐ CHŮVIČKY

* Každá aerolinka (včetně nízkonákladových) vám musí odbavit 2 ks dětského vybavení (kočárek/golfky/autosedačka/cestovní postýlka).

CO SI VZÍT S SEBOU NA

DOVOLENOU U MOŘE



Podle počtu strávených dní, odhadem 1-2 oufity na počet dní dovolené.

RODIČ

- ☐ SPODNÍ PRÁDLO
- ☐ PONOŽKY
- ☐ TRIČKO S KRÁTKÝM RUKÁVEM
- ☐ TRIČKO S DLOUHÝM RUKÁVEM
- ☐ KRAČASY / SUKÝNKY
- ☐ ŠATY
- ☐ PLÁŽOVÉ ŠATY / PŘEHOZ PŘES PLAVKY
- ☐ KOBOUK / KŠILOTOVKA
- ☐ PLAVKY 2 x
- ☐ PYŽAMO
- ☐ MIKINA
- ☐ SANDÁLY / PANTOFLE / ŽABKY
- ☐ UZAVŘENÁ OBUV
- ☐ SPORTOVNÍ OBUV

Hygiena

- ☐ KARTÁČEK NA ZUBY
- ☐ PASTA
- ☐ ŠAMPON
- ☐ KONDICIONÉR
- ☐ SPF KRÉM (minimální faktor 50)
- ☐ SPRCHOVÝ GEL
- ☐ KRÉM PO OPALOVÁNÍ
- ☐ DEODORANT
- ☐ DEZINFEKČNÍ GEL
- ☐ HŘEBEN / KARTÁČ NA VLASY
- ☐ PAPIROVÉ KAPESNÍKY
- ☐ DEKORATIVNÍ KOSMETIKA
- ☐ ŽLUČOVÉ MÝDLO
- ☐ ČISTÍCÍ PĚNA / ODLIČOVAČ
- ☐ MANIKÚRA
- ☐ PINZETA

- ☐ MOBIL
- ☐ NABÍJEČKA
- ☐ SLUCHÁTKA
- ☐ BATOH / CROSSBODY NA VÝLETY
- ☐ DOKLADY OD AUTA A ŘIDIČÁK pokud jedete autem
- ☐ CESTOVNÍ DOKUMENTY musí mít i děti a novorozenci
- ☐ VÍZA
- ☐ CESTOVNÍ POJIŠTĚNÍ
- ☐ POTVRZENÍ LETENEK / UBYTOVÁNÍ
- ☐ DÁLNIČNÍ ZNÁMKY pokud je potřeba
- ☐ OSVĚDČENÍ O OČKOVÁNÍ pokud je potřeba

Lékárnička

- ☐ NÁPLASTI
- ☐ DEZINFEKCE NA RÁNY
- ☐ OBVAZ
- ☐ LÉKY NA TEPLITU PRO DETI
- ☐ LÉKY NA TEPLITU PRO DOSPĚLÉ
- ☐ ŽIVOČIŠNÉ UHLÍ
- ☐ ČÍPKY
- ☐ KAPKY DO OČÍ
- ☐ KAPKY DO UŠÍ
- ☐ KRÉM NA ŠTÍPANCE
- ☐ REPELENT
- ☐ DALŠÍ LÉKY, KTERÉ PRAVIDELNĚ UŽÍVÁTE