

Liebe Familien,

“Pack die Badehose ein, nimm dein kleines Schwesterlein und dann nichts wie ab an Wannsee...”- oder noch weiter weg. Endlich in den Urlaub! Darauf freuen wir uns das ganze Jahr! Wenn es aber dann soweit ist, kommt doch meistens vorher noch Stress auf, vor allem wenn die ganze Familie zusammen in den Urlaub fährt. Schließlich müssen wir an so vieles denken. Damit Sie ganz entspannt in den Urlaub starten können, beschäftigen wir uns diese Woche mit Tipps und Tricks rund um das Thema:



## Urlaub mit der ganzen Familie

Es geht los. Die Koffer sind gepackt, die Freude ist groß. Wäre da nur nicht der Reiseweg. Welches Kind sitzt schon gerne lange (ruhig) im Auto, Zug oder Flugzeug? In diesem Video zeigt Ihnen eine Mama, was sie alles für die Reise im Auto, Zug oder für den Flug mit Ihren Kindern mitnimmt, damit die Kinder auch längere Fahrten oder Flüge beschäftigt sind. Denn schließlich muss man sich beim Autofahren auch auf den Verkehr konzentrieren. Genauso wenig ist man im Zug oder Flieger alleine.

Link zum Video: [Urlaub mit Kindern - Was packe ich ein?](#)

Egal ob Urlaub im Schwarzwald oder im Himalaya - wir finden, dass ein gewisser Grundstock an einer Reiseapotheke in jedes Familiengepäck gehört. In diesem Podcast spielt ein Kinderarzt “Ich packe meinen Koffer” und erklärt dabei wie viele Medikamente wir mitnehmen sollten, ob Zäpfchen bei hohen Temperaturen schmelzen können und wann wir auch im Urlaub zum Kinderarzt gehen sollten.

Link zum Podcast: [Reiseapotheke für Kinder](#)

Die Urlaubszeit ist die Zeit im Jahr auf die wir alle hinfiebern und auf die wir uns freuen. Da sind die Erwartungen groß. Doch gerade Ferien mit Kindern sind für Eltern oft nicht erholsam, sondern ganz schön anstrengend. Eine Reisebloggerin erklärt, wie sich das ändern lässt. In diesem Sinne, einen entspannten Urlaub für Sie!

Link zum Artikel: [Wie Familienurlaub für Eltern und Kinder gelingt](#)

## Das hat mir gut geschmeckt

Auch Camping-Freunde haben Lust auf's Schlemmen! Unsere Camping-Rezepte zeigen, wie Sie mit wenig Zutaten, Ausrüstung und Aufwand köstliche und kreative Mahlzeiten zubereiten.

Link zum Rezept: [Couscous nach Paella-Art](#)

Link zum Rezept: [Immer-dabei-Ratatouille](#)

### **Das hat mir Spaß gemacht**

Familie ist bunt: Vom Uropa bis zur Enkeltochter, vom Einzelkind bis zur Großfamilie. Alle sind willkommen in den über 50 gemeinnützigen Familienferienstätten, die Sie über dieses Anfrageportal buchen können.

Familienferienstätten bieten Gelegenheiten, Familie „leben“ zu können, weg von der Hektik des Alltags, frei von täglichen Pflichten in Schule, Haushalt und Beruf, eben Ferien machen. Zusammen Urlaub zu machen, verbindet Familienmitglieder noch weiter miteinander und sorgt für gemeinsame Erfahrungen und Erinnerungen.

Link zum Portal: <https://www.urlaub-mit-der-familie.de/>

### **Das hat mich zum Lächeln gebracht**

- Man soll sich keine Arbeit mit in den Urlaub nehmen.*
- *Wenn ich dann aber die Kinder zuhause lassen will, ist das auch wieder falsch.*

Liebe Grüße und bleiben Sie gesund und munter!  
Das Team vom Projekt Zukunft