

## Stressfrei mit Kindern fliegen

01.07.2016, 13:37 | Tourismus, Auto & Verkehr

Pressemitteilung von: *Europäische Reiseversicherung AG*  
Presseagentur: *piroth.kommunikation GmbH & Co. KG*

---



Quelle: (c)Stock.com/Hero Images

Zusatzgepäck gebucht? Kuscheltier dabei? Und ist auch Proviant für die Kleinen mit an Bord? Damit die Flugreise mit der Familie nicht schon mit Stress, Quengelei und Hektik beginnt, hilft eine gute Vorbereitung. Birgit Dreyer, die Reiseexpertin der ERV (Europäische Reiseversicherung), verrät ihre Tipps & Tricks wie ein entspannter Start in die schönste Zeit des Jahres gelingt.

### Gepäck geschickt verteilen

Buggy, Wickeltasche, Spielzeug & Co. - das und noch viel mehr muss bei Flugreisen mit Kindern auf das Gepäck verteilt werden. Wichtig ist es daher, sich bereits vor der Buchung über die individuellen Regelungen und Services der Fluggesellschaften zu informieren. "Hier ist insbesondere abzustimmen, wie viel Freigeäck insgesamt für die Familie zur Verfügung steht", so Dreyer. "Zu klären wäre auch, ob man den Buggy bis zum Flugzeug mitnehmen darf und ihn nach der Landung bei Verlassen des Flugzeugs direkt wieder bekommt." Die Reise verläuft außerdem entspannter, wenn Mama und Papa die Flugzeiten "kindgerecht" wählen und die Möglichkeit bei der Buchung nutzen, Besonderheiten wie einen extra Kindersitz oder den gewünschten Babykorb anzugeben.

Extra-Tipp: Immer frühzeitig am Flughafen sein - denn ein Sprint zum Gate gestaltet sich mit Kind & Kegel im Gepäck oft sehr schwierig.

### Extra-Proviant mit an Bord

Kinder lassen sich gern von den Emotionen der Eltern anstecken. Sind diese angespannt, reagiert häufig auch der Nachwuchs aufgeregt oder ängstlich. "Auch wenn es in dieser Situation nicht immer leicht fällt, aber für Eltern ist es einfacher, wenn sie sich gelassen geben und ihren Kindern ein gutes Vorbild sind", weiß Dreyer. Damit kein Magengrummeln bei den Kleinsten aufkommt, dürfen Fläschchen und Gläschen mit an Bord. Denn Babynahrung, die im Flieger verbraucht wird, fällt nicht unter die Sicherheitsbestimmungen fürs Handgepäck. Bei der Sicherheitskontrolle müssen sie jedoch vorgelegt und mitunter sogar vor den Augen der Kontrolleure auf ihre Unbedenklichkeit hin verkostet werden. "Außerdem ist zu beachten, dass einige Airlines für Kinder unter 2 Jahren keine Verpflegung anbieten, sofern sie nicht gebucht wurde. Daher dies bei der Buchung unbedingt abklären und, wenn nötig, selbst vorsorgen", rät die Reiseexpertin.

Extra-Tipp: Um Übelkeit zu vermeiden, können Eltern ihren Kindern bei Start und Landung etwas zu trinken geben. Für

Kinder über drei Jahre sind auch Bonbons oder Kaubonbons ideal. Das hilft gut gegen den Druck auf den Ohren.

#### Kindgerechtes Urlaubsprogramm

Grundsätzlich sind Kinder feinfühlig und daher anfälliger für einen Jetlag. Sollte also eine längere Reise anstehen, ist es ratsam, die ersten drei Tage zum Ankommen einzuplanen und nicht direkt mit Sightseeing und langen Tagesausflügen zu beginnen. "Generell gilt: Weniger ist mehr! Der Urlaub ist für die ganze Familie entspannter, wenn die Tage einem ähnlichen Rhythmus wie zu Hause folgen und nicht mit Programmpunkten überladen sind", erklärt die ERV-Reisexpertin. So kommt es zu keiner Überforderung der Kleinen und die gute Laune bleibt erhalten.

Extra-Tipp: Mit Kindern auf Reisen ist schnell etwas passiert. Ob ein eingetretener Seeigelstachel beim Baden am Meer oder eine Erkältung durch die Klimaanlage im Flugzeug - mit dem RundumSorglos-Jahresschutz der ERV sind Familien vor und während der Reise umfassend abgesichert.

Weitere Tipps zu Reisen mit Kindern gibt es im kostenlosen Familienratgeber der ERV unter [www.erv-blog.de](http://www.erv-blog.de) zum Nachlesen und Download. Er enthält zum Beispiel eine Reiseapotheken-Checkliste oder eine Übersicht zu den wichtigsten Impfungen.

## Portrait

### Über die ERV

Die ERV, Experte für Reiseversicherungen, überzeugt durch ihre Kundenorientierung, einen hohen Qualitätsanspruch und ein erstklassiges Serviceangebot. Seit über 100 Jahren prägt die ERV die Geschichte des Reiseschutzes. Als einer der führenden Reiseversicherer weltweit ist die ERV in über 20 Ländern vertreten. Sie ist Marktführer in verschiedenen europäischen Kernmärkten, darunter auch in ihrem deutschen Heimatmarkt. Mit ihrem internationalen Netzwerk sorgt die ERV dafür, dass ihre Kunden vor, während und nach einer Reise optimal betreut werden.

Die ERV ist der Spezialist für Reiseschutz der ERGO und gehört damit zu Munich Re, einem der weltweit führenden Rückversicherer und Risikoträger.

Mehr unter [www.erv.de](http://www.erv.de)

---

News-ID: 909856 • Views: 860 (Stand: 04.06.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/909856/Stressfrei-mit-Kindern-fliegen.html>