

OYSTERS & LEMONADE

PARENTS APPROVED

KIDS FRIENDLY

EEN ZOMER VOL VERWONDERING

VAKANTIEPARELS:
ITALIË & BALI

KONINKLIJKE ALLURE
& WILDLIFE OP DE
VELUWE

FINE DINING MET KIDS
YES, HIER KAN HET!

Tijd voor jezelf?

Meer dan 80% van de
moeders voelt zich schuldig

REIZEN MET KIDS
ZO MAAK JE HET JEZELF
MAKKELIJKER

IN DEZE EDITIE

1. NOT AN AVERAGE MOM
2. UITJES MET KIDS
3. MOM'S MOMENTS
4. FACTS & FIGURES
5. KLEINE FIJNPROEVERS
6. VAKANTIEPARELS
7. EASY WINS
8. DESIGNEN VAN JE DROOMREIS

Heb je een vraag aan mij of over het magazine? Stuur dan een e-mail naar:
debby@oystersandlemonade.nl

Voor nu alvast heel veel leesplezier!

xoxo
Debby

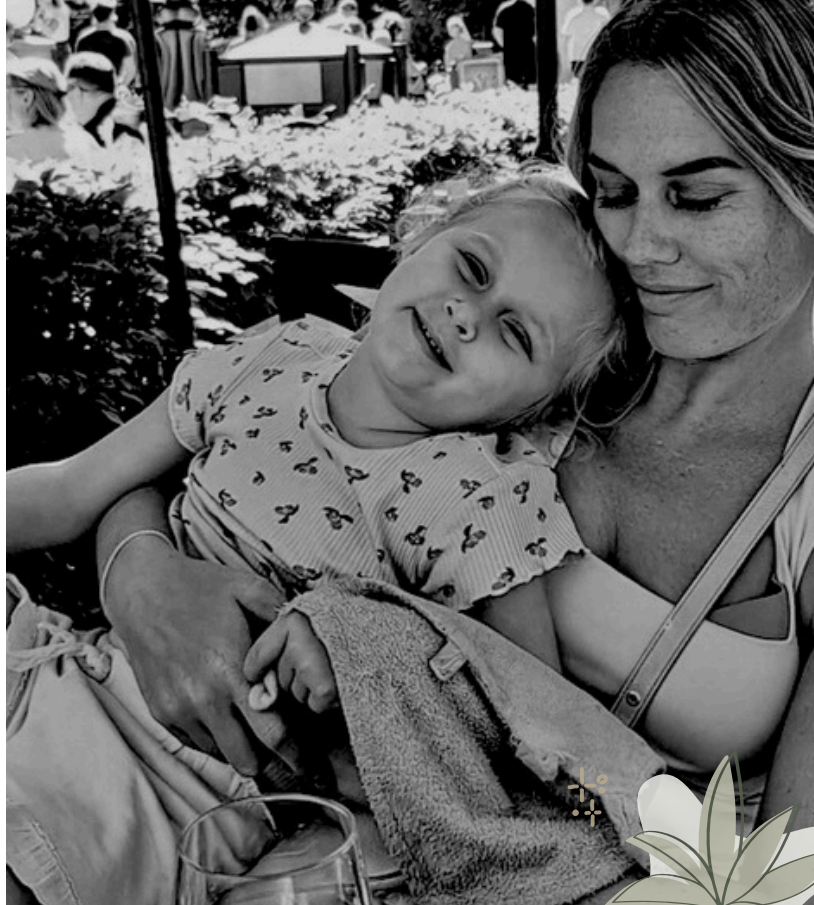






Hi!

*Ik ben Debby.
Moeder van het leukste en
mooiste meisje, Romée Sophie
en bedenker van
Oysters & Lemonade*



1. Not an average mom

Te gek dat je het allereerste e-magazine van Oysters & Lemonade hebt opengeslagen!

Dat betekent dat je kwaliteit en het maken van herinneringen net zo belangrijk vindt als ik. En misschien hebben we wel meer gemeen...

Ik ben moeder en houd zielsveel van mijn dochter, maar heb ook een carrière en een eigen leven dat blijft bruisen.

Don't get me wrong: ouder zijn is prachtig, maar ook uitdagend. Daarom vind ik het minstens zo belangrijk om de dingen te blijven doen waar ik blij van word.

Werken, date nights, nieuwe fine dining spots ontdekken waar de chef je meeneemt op een reis van smaken. Overnachten in unieke 5-sterren hotels waar elk detail klopt. Of er even tussenuit voor een hoognodige mom break of girls trip.

Hier geniet ik niet alleen van, het geeft me ook de energie die ik als moeder hard nodig heb.

Want ik wil er écht zijn voor mijn dochter op de momenten dat ik met haar ben. Niet uitgeblust op mijn telefoon door het perfecte leven van anderen heen swipen, maar samen opgaan in het moment.



Onze drukke carrières bieden weinig ruimte voor vrije tijd. De tijd die we hebben met elkaar is dan ook het meest kostbaar en willen we dan ook het liefst besteden aan nieuwe ontdekkingen.

We zoeken plekken waar tijd even stilstaat, waar we het állemaal fijn hebben en waar kwaliteit hoog in het vaandel staat. Zo kunnen we elkaar écht zien en horen en herinneringen maken die we niet snel vergeten.

“Parents approved, kids friendly Oysters & Lemonade”

Tijd is een kostbaar bezit. Waarom er dan niet zo bewust mogelijk mee omgaan door samen nieuwe dingen te beleven, afstand te nemen van schermen en te zien hoe je kids zich ontwikkelen voordat het leven razendsnel voorbij flitst?

Oysters & Lemonade heb ik opgezet voor ouders die meer in het moment willen én kunnen zijn doordat ze zichzelf ook af en toe voorop durven te zetten. Die kiezen voor kwaliteit i.p.v. kwantiteit. Die weten dat wanneer zij ontspannen zijn, de fijnste momenten ontstaan.

Ouder worden betekent niet stoppen met leven. Ontdek de wereld van je kids, maar laat ze ook de jouwe ontdekken, zodat je samen kunt groeien

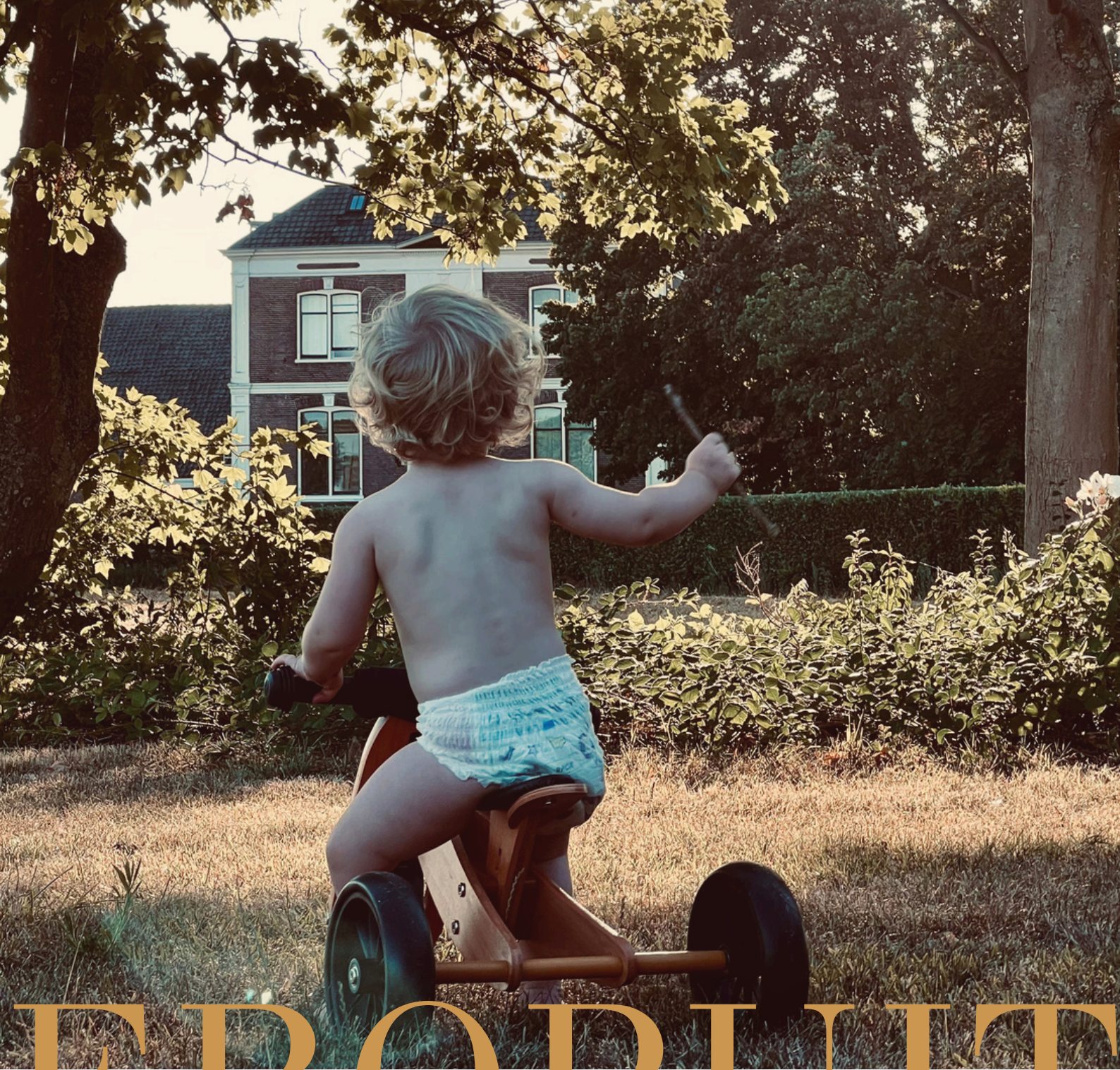




We don't
remember
days

We
remember
moments

OYSTERS & LEMONADE



EROPUIT

2. DE MEEST *BIJZONDERE* UITJES

VAN KONINKLIJKE TUINEN TOT WILDE ONTDEKKINGEN

OYSTERS & LEMONADE



Paleis het Loo

Koninklijke *allure* voor kleine royals

Houden je kids van verkleden of hebben ze zich altijd al een echte prins of prinses willen voelen? Dan is Paleis Het Loo de plek waar die droom deze zomer werkelijkheid wordt. Iedere **dinsdag, woensdag** en **donderdag** transformeert het paleis tot een ware sprookjeswereld.

Tijdens deze prinsen- en prinsessendagen maken kleine gasten kennis met koninklijke ceremonies, leren ze de fijne kneepjes van het hofdansen en kunnen ze zich hullen in prachtige kostuums.



*Chillen in de
paleistuin*

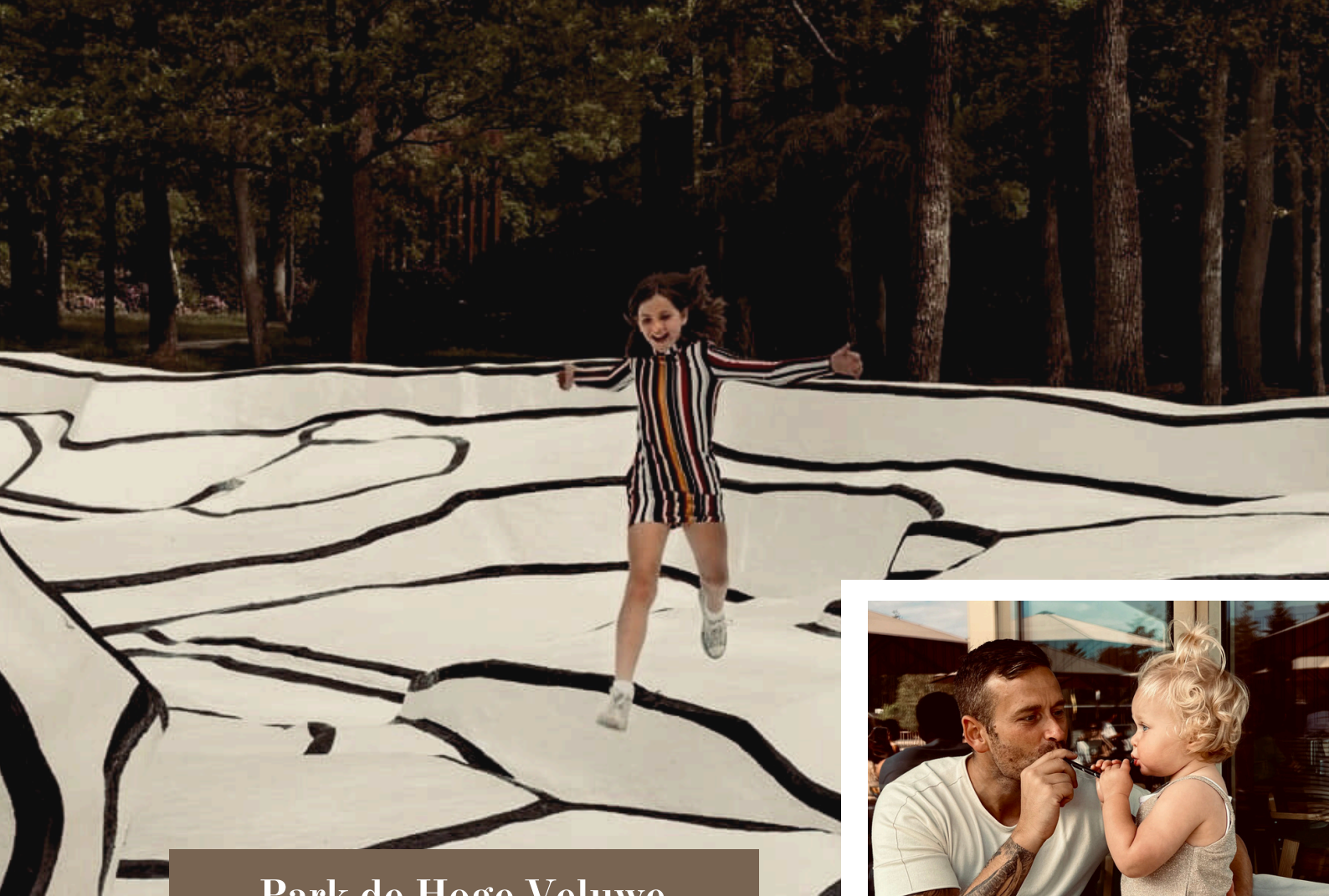


Bovendien is de paleistuin tijdens de zomer één grote speeltuin. Er zijn veel activiteiten te doen, zoals een paarden- en autorace, buitenspellen, waaronder boogschieten en Jenga, en er is een XL hinkelpad.

Ook binnen wacht een wereld vol ontdekkingen. In het gloednieuwe Juniorpaleis duiken kids met hun Kingsta-tablet in echte koninklijke verhalen en bereiden ze spelenderwijs een koninklijk feest voor.

Terwijl zij hun royalty avontuur beleven, dwaal jij door staatsievertrekken waar echte koningen hebben gewoond en gewerkt. Je kijkt je ogen uit naar rijkversierde plafonds, kostbare wandtapijten en minutieus gerestaureerde kamers die eeuwen van geschiedenis ademen.

Trek gekregen van al die koninklijke indrukken? Strijk dan neer op je eigen picknickkleed in de paleistuin met een heerlijke lunchbox (vooraf reserveren). Of geniet van een frisse salade en frozen mango smoothie in de majestueuze balzaal.



Park de Hoge Veluwe



Penseelstreken & *Pootafdrukken*

Vergeet saaie museumbezoeken waar de kinderen stilletjes achter je aan sloffen. In het Kröller-Müller Museum en de bijbehorende beeldentuin ervaren kleine kunstenaars, meesterwerken op hún voorwaarden. Terwijl jij je verliest in de penseelstreken van Van Gogh, gaan zij op ontdekkingstocht door de beeldentuin.

Met verrassende doe-opdrachten die je thuis al kunt downloaden, ontdekken ze kunst op hun eigen tempo. Geen geforceerde culturele opvoeding, maar echte verwondering. Sluit af met een lunch tussen de sculpturen, waar jouw glas rosé net zo koud geserveerd wordt als het glaasje limonade van je kunstkenner in de dop.



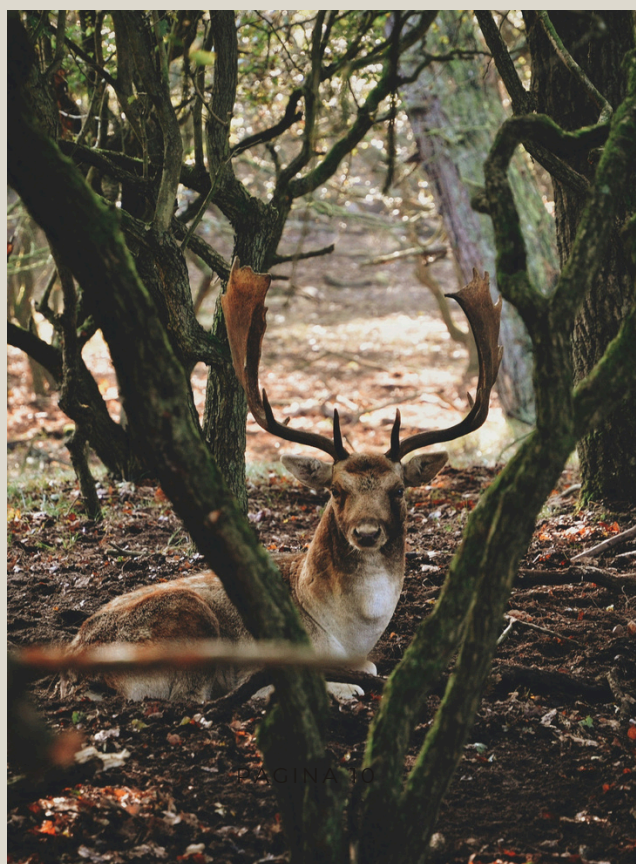
Pak daarna de fiets waar het échte avontuur start: diep het park in, waar de natuur op haar mooist is. Samen speuren jullie naar de verborgen bewoners van deze prachtige wildernis.

Met een beetje geluk spot je vossen die elegant door het struikgewas glijden, dassen die nieuwsgierig om een hoekje gluren, of roofvogels die hoog boven jullie hoofden cirkelen.



O&L tip:

Pak gratis een witte fiets mee (ook fietsen met voor- en achter kinderzitjes) bij de ingang van het park om de omgeving te verkennen en wildlife te spotten. Maar pas op voor de boze wolf ;) Kans dat je deze tegenkomt is overigens heel klein.






ME-TIME

3. *MOM'S* MOMENTS

VAN UITGEPUT NAAR OPGELADEN: JOUW RESET-MOMENTEN

OYSTERS & LEMONADE



MOM'S MOMENTS

WELVERDIENDE ADEMPAUZE

Tussen de slapeloze nachten, kinderziektes, het huishouden en je carrière door, verdien je als moeder een momentje voor jezelf. Zie het niet als luxe waar je je voor hoeft te schamen of schuldig over te voelen.

Na een tijd lang niet meer alle ballen hoog te kunnen houden, kwam ik erachter dat het pure noodzaak is om regelmatig je batterij weer op te laden.

Een opgeruimd hoofd resulteert in een opgeruimd leven, een meer geduldige moeder en een vrouw die weer energie heeft voor de belangrijkste dingen in haar leven. Kortom, een win-win voor jezelf en je omgeving.

Gun jezelf dus me-time. Of het nu jaarlijks een mom break is, iedere dag een half uurtje op de yogamat of 3x per week een work-out in de sportschool.

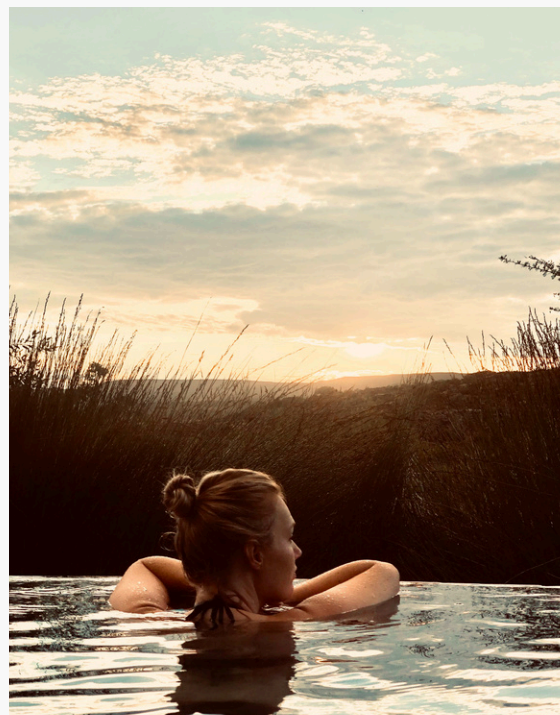
Geen tijd? Dan is het juist tijd om prioriteiten te stellen.

DE HELENDE *KRACHT* VAN WATER

Verborgen in het bos, achter dijken of verlaten stranden vind je in Nederland de beste plekken om te zwemmen in de natuur. Met dit lekkere weer dompel ik mezelf regelmatig onder in de stilte van het water. Ik woon vlak bij een rivier, midden in de natuur, dus dan gaat dat makkelijk. Maar ook bij jou in de buurt zijn er vast mooie plekken om even helemaal alleen, weer tot jezelf te komen.



Er is iets magisch aan het moment waarop je lichaam het koele water raakt. Zeker in de ochtend, op het moment dat de wereld nog langzaam aan het ontwaken is en je met je gezicht de zonnestralen vangt. Geloof me: hét gevoel van totale vrijheid: alleen jij, het water en je gedachten die eindelijk tot rust komen.



3X ZWEMMEN IN DE NATUUR

*De mooiste
zwemmeren
van Nederland*



1. SPIEGELPLAS, NEDERHORST DEN BERG

Deze verborgen parel in Gooi en Vechtstreek is perfect voor een vroege ochtendduik. Op sommige plaatsen is het meer, ontstaan door turf- en zandwinning, zo'n 45 meter diep. Door de helderheid is het water bijna meditatief.

Tip: kom op een doordeweekse ochtend rond 7 uur. Dan heb je de steiger bij het zuidelijke deel vaak helemaal voor jezelf. Een rondje om de plas is 10 km, ideaal voor een wandeling na je zwemmoment.

2. HENSCHOTERMEER, WOUDENBERG

Midden in de bossen op de Utrechtse Heuvelrug, ligt het Henschotermeer. Wat weinig mensen weten: op maandagochtend is het hier vaak heerlijk rustig. Het witte zandstrand en de omringende bossen creëren een serene setting voor jouw me-time moment na de chaos van de schoolrun.

O&L tip:

Bestel na een duik bij "Het Oude Strandhuis" een hete cappuccino en neem in alle rust je agenda voor de week door.



3. RECREATIEPLAS 'T NIJE HEMELRIEK, GASSELTE

Misschien geen verborgen parel voor de Drentenaren zelf, maar bij recreatieplek 't Nije Hemelriek ervaar je het “buitenlandgevoel” midden in Drenthe.

Het meer is helderblauw, het zand is wit en om de plas ontvouwt zich een schitterend bos.

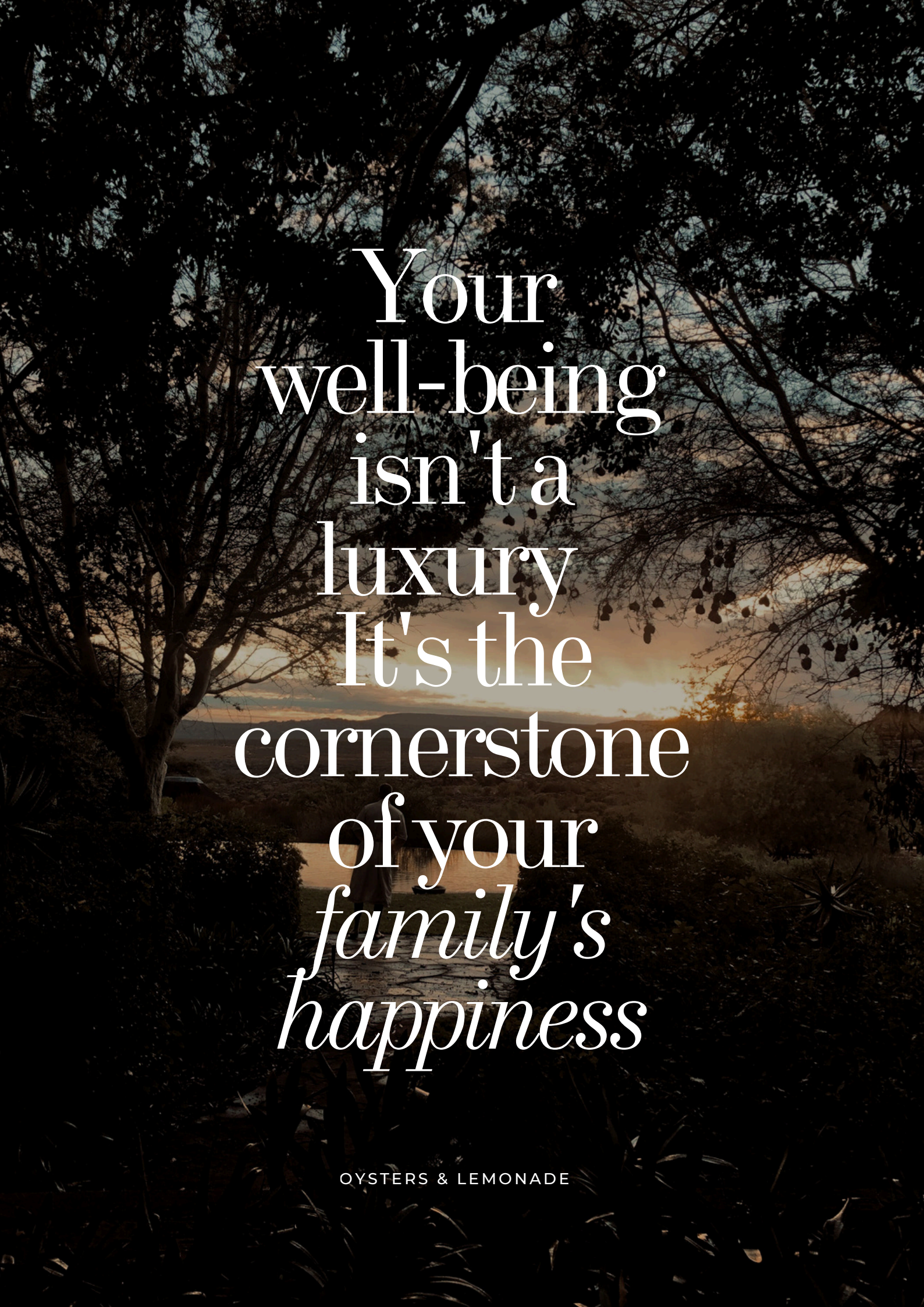
Neem een goed boek mee, een thermoskan koffie en geniet van de stilte voordat andere mensen arriveren.

DE KUNST VAN *VERTRAGEN*

Ochtenden waarop je niet naar je telefoon grijpt, maar eerst je raam opent om de geur van de zomer binnen te laten. Of momenten waarop je volledig aanwezig bent in het nu, zonder aan je to-do lijst te denken zijn zo waardevol. Met deze slow living rituelen, leef je bewuster en creëer je meer ontspanning op dagelijkse basis.

- 1.) Begin je dag met 15-30 minuten zonder schermen, maar met een handgeschreven journal en een perfect gezette koffie. Sta een kwartier eerder op dan de rest van je gezin en claim deze tijd volledig voor jezelf.
- 2.) Plan middenin je werkdag een half uur waarin je bewust naar buiten gaat, zelfs als het regent. Laat je telefoon achter en wandel zonder doel. Gun je brein rust!
- 3.) Creëer een avondritueel dat de dag waardig afsluit, zoals het aansteken van een geurkaars of het opzetten van rustgevende muziek, terwijl je thee zet. Of leg je telefoon weg en lees nog even in een boek dat al weken op je nachtkastje ligt.





Your
well-being
isn't a
luxury
It's the
cornerstone
of your
family's
happiness

OYSTERS & LEMONADE

Fact & **Figures**

OYSTERS & LEMONADE

KINDEREN 3X ZOVEEL
SMAAKPAPILLEN HEBBEN ALS
VOLWASSENEN, WAARDOOR ZE
SMAKEN VEEL INTENSER ERVAREN
DAN WIJ?

86%

**VAN DE MOEDERS ZICH SCHULDIG
VOELT ALS ZE TIJD VOOR ZICHZELF
NEMEN?**

**HET VOLKSLIED VAN ZUID-AFRIKA
BESTAAT UIT VIJF TALEN: ZULU,
XHOSA, ZUID-SOWETO, AFRIKAANS EN
ENGELS?**

kinderen hun sterkste
herinneringen vormen tijdens
'eerste keren'? Hun brein slaat
nieuwe ervaringen veel
intensiever op dan routine.
Daarom onthouden ze die
eerste keer op een terras met
uitzicht veel beter dan de
twintigste keer McDonald's.

200 Michelinsterren

Japan het land is met de
meeste Michelinsterren?
Alleen in Tokio hebben
meer dan 200 restaurants
een Michelinster!

WIST JE DAT....

FRANKRIJK

Frankrijk het meest bezochte
land ter wereld is met 89,4
miljoen bezoekers? Daarna
komt Spanje en daarna de V.S.

Kinderen vanaf 4 jaar al kunnen waarderen wat 'mooi'
is? Onderzoek toont aan dat ze details opmerken die
volwassenen vaak missen: van de textuur van servetten
tot de manier waarop licht door kristal valt. Daarom is
het zeker geen verspilling om ze mee te nemen naar
mooie plekken. Ze pikken die esthetische ervaringen
op als spons en ontwikkelen hun smaak.

MINDER STRESS

KINDEREN DIE REGELMATIG
IN DE NATUUR ZIJN, MINDER
KANS HEBBEN OP
CONCENTRATIEPROBLEMEN?
OOK DRAAGT HET BIJ AAN DE
SOCIALE EN EMOTIONELE
ONTWIKKELING

3

**DE EERSTE DRIE LEVENSJAREN
CRUCIAAL ZIJN VOOR DE
ONTWIKKELING VAN
SMAAKVOORKEUREN DIE EEN
LEVEN LANG MEEGAAN?**



YUMMIE!

5. UIT ETEN MET KLEINE *FIJNPROEVERS*

BIJZONDERE EETPLEKKEN WAAR IEDEEREEN WELKOM IS

OYSTERS & LEMONADE

A photograph of a man in a white shirt looking down at a baby who is eating. The baby is wearing a white floral dress and has their hand near their mouth. The man is also wearing a white shirt. The background is dark and out of focus.

KLEINE FIJNPROEVERS

CULINAIRE VERWONDERING

Een pannenkoekenboerderij of een eetcafé met speelhoek en kindermenu met frietjes en tosti, is heus leuk. Maar niet bijzonder.

Waarom niet (regelmatig) kiezen voor plekken waar je samen op smaakontdekkingsreis kunt gaan?

Bij deze culinaire parels zijn kids net zo welkom als volwassenen en bereidt de chef, met evenveel passie zijn signature dish als kidsgerecht.

Hier genieten jullie zonder stress: van de service, de details, het te gekke interieur en het heerlijke eten.

OYSTERS & LEMONADE



1. Restobar Liz

Amerongen

Verse oesters op je bord, een glas Graaf Bentinck Brut in je hand (bubbels van Nederlandse bodem!) en je kleine fijnproever die smult van een sappige burger die rechtstreeks van de big green egg komt en omhult is door een zachte brioche. Hoezo McDonald's? Bij Restobar Liz in Amerongen is het genieten met een hoofdletter G.

In de historische stallen waar ooit de paarden van Gravin Elisabeth rondliepen, transformeert de open keuken verse ingrediënten tot kunstwerken op je bord. Terwijl jij je laat verleiden door een romige bisque van rivierkreeftjes, een plank vol lokale delicatessen of heerlijke sushi, kijken nieuwsgierige kinderogen gefascineerd toe hoe hun eigen gerecht tot leven komt.



De kinderkaart is hier allesbehalve standaard: een brioche burger met huisgemaakte relish die zelfs jou doet watertanden, krokante kip die stiekem door volwassenen wordt besteld en poffertjes zo luchtig dat je je afvraagt waarom ze nergens anders zo smaken. En dat alles met uitzicht op het majestueuze Kasteel Amerongen, waar de kids tussendoor even kunnen uitrazen op het gras. Dit is next level tafelen met het gezin.

O&L tip:

Plan je bezoek tijdens een zonnige Liz Lounge middag, met smaakvolle cocktails en livemuziek op het terras. Spontane danspasjes tussen de tafels? Hier kijkt niemand op!



2. De Kas

Amsterdam

Je vergeet even dat je in de drukke hoofdstad bent, wanneer je binnenloopt in Restaurant De Kas, middenin Park Frankendael. In deze imposante kas uit 1927 worden zo'n 300 soorten groenten, kruiden en fruit gekweekt die dezelfde dag nog op je bord verschijnen.

Terwijl jij geniet van creatieve, seizoensgebonden gerechten waar groenten de hoofdrol spelen, kijken je kinderen met grote ogen naar de open keuken waar hun eigen gerecht tot leven komt.



Het interieur, ontworpen door Piet Boon, vormt het perfecte decor voor deze culinaire ontdekkingsreis waar sneakers net zo welkom zijn als designerschoenen. Tussen de gangen door is er ruimte om de tuinen te verkennen. Een natuurlijke pauze die de lunch voor iedereen aangenaam houdt.

O&L tips:

- *Reserveer een tafel voor de lunch of vroeg in de avond wanneer het licht magisch door de kas valt, en vraag naar een plek met direct zicht op de open keuken.*
- *Kinderwagen mee? Vermeld dit bij reservering, zodat ze een ruime tafel voor je kunnen reserveren.*



6. VAKANTIE PARELS



PLEKKEN WAAR DE WERELD EVEN STILSTAAT

... en jij weer ademhaalt



Sommige plekken zullen je altijd bijblijven.
De omgeving, de service en het hoge comfort
maken je reis zo speciaal, dat je jezelf af en toe
even in de arm moet knijpen...



Alleen of met z'n twee



Durgeddam

De plek voor een mom break of romantische getaway met z'n twee

Aan de oevers van het IJmeer, in een vissersdorp vol authentieke architectuur, ligt Boutique Hotel Durgeddam. De ultieme plek voor een welverdiende mom break of getaway met z'n twee. In deze idyllische omgeving, onder de rook van Amsterdam, verdwijnt het drukke gezinsleven voor heel even ver naar de achtergrond.

De winnaar van Condé Nast Traveller's Hot List 2024 heeft zo'n fantastische ligging dat je er direct van gaat glimlachen. Begin hier de dag met een verfrissende ochtendduik in het natuurwater, ga suppen of pak één van de Velorreti-fietsen (te huur) en ontdek de op-en-top Hollandse omgeving.



Genieten van verfijning *onder de rook van Amsterdam*

De veertien stijlvol ontworpen kamers brengen het Zuiderzeeverleden tot leven en bieden voldoende comfort om eindelijk weer eens heerlijk door te slapen. Schenk een glaasje sherry voor jezelf, rust uit op het Hypnos-bed en zie vanachter het raam de verschillende boten die voorbij varen.

Boutique hotel de Durgerdam

Durgerdammerdijk 73
1026 CB Durgerdam

Fijnproever? Dan mag een bezoek aan Restaurant De Mark niet ontbreken. In het culinaire hart van het hotel zwaait topchef Koen Marees de scepter (vh Le Garage, Restaurant Vinkeles). Hij creëert hier gerechten waar je nog dagen over napraat.

Ook leuk: reserveer de exclusieve kaasproeverij met kazen van Fromagerie Kef. Tijdens het proeven begrijp je waarom zij een begrip zijn in het Amsterdamse kaaslandschap en ver daarbuiten. Niet normaal lekker!

Good to know:

Liever de kids meenemen? Dat kan! Kinderen zijn welkom en er zijn babybedjes beschikbaar. Connecting rooms zijn er niet. Kies voor 2 kamers naast elkaar en informeer vooraf bij reservering.



Gezinsvakantie Italië

Sonnwies

Gezinsgeluk en bergmagie in de Dolomieten



Hoog in de Dolomieten, omringd door UNESCO Werelderfgoed, bergtoppen en eindeloze groene weilanden, ligt Sonnwies. Een fantastische familieboerderijhotel waar het drukke gezinsleven plaats maakt voor pure verbinding met de natuur én elkaar. Hier, op 1.200 meter hoogte in Zuid-Tirol, verdwijnt de dagelijkse hectiek en ontdek je wat gezinsgeluk werkelijk betekent.

Dit bijzondere berghotel met biologische boerderij begrijpt dat ouders ook op vakantie behoefte hebben aan momenten van rust.

Terwijl jij even op adem komt, (er zijn in totaal 13 professionele nanny's en gastouders) kunnen de kids zich op verschillende plekken uitleven: in het 2 hectare grote speelparadijs, de kinderboerderij met pony's en knuffeldieren of in het spectaculaire aquapark.



De perfecte mix van rust en avontuur

Genieten van onvergetelijke gezinsmomenten

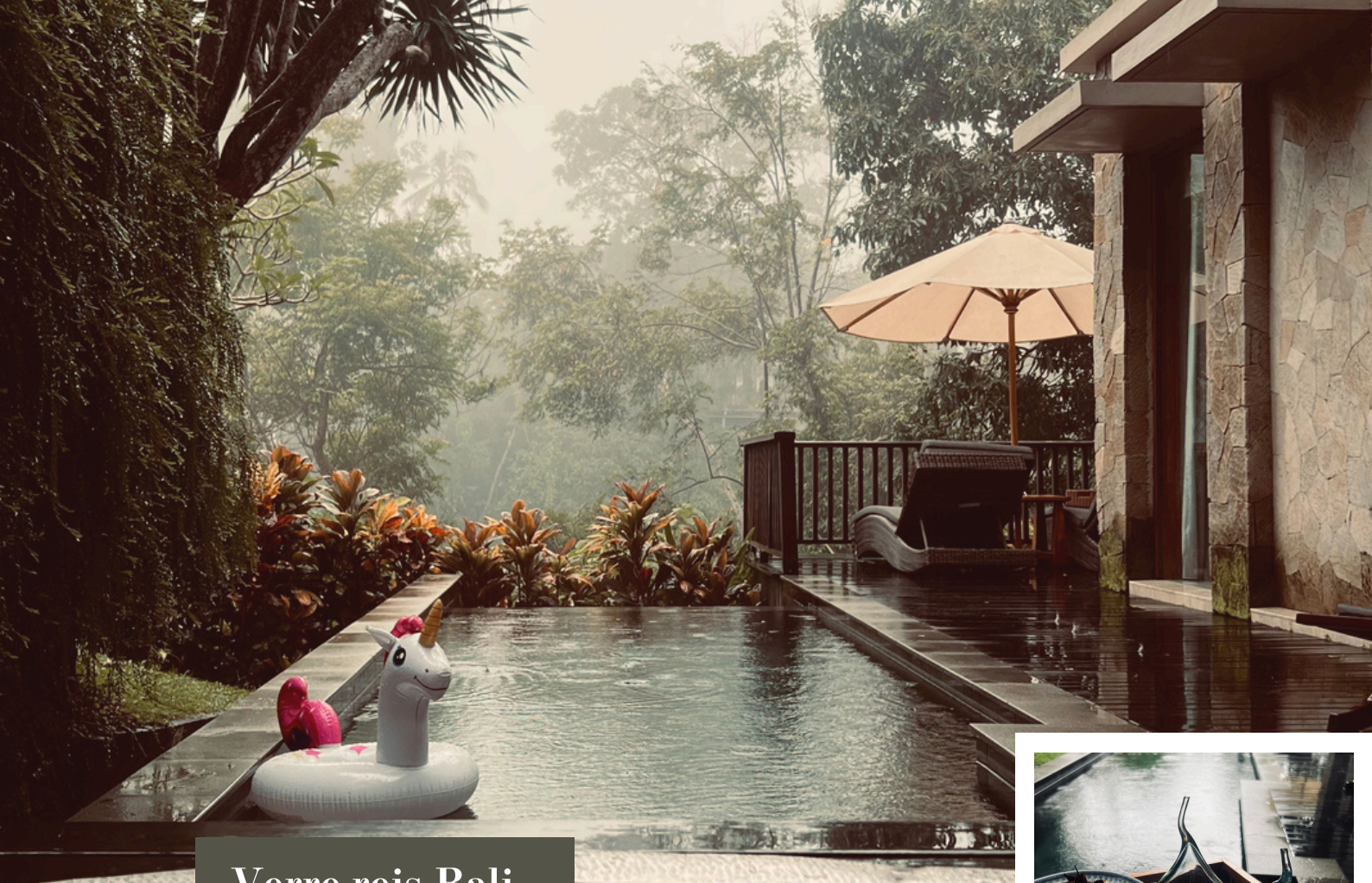
Het restaurant verwent met Alpine verfijning: gerechten bereid met biologische producten van eigen land, die zowel kleine als grote fijnproevers bekoren. Terwijl de kids genieten aan hun eigen kindertafel met speciale buffetten op ooghoogte, kunnen jullie eindelijk rustig samen proeven en bijpraten zonder onderbreking.

De omgeving nodigt uit tot bergavonturen, maar het wellnesscentrum is waar je écht oplaadt. Zelfs de allerkleinsten krijgen hun eigen spa-ervaring: een kinderbiosauna met bioscoop, kindvriendelijke massages en een aparte kinderwaterwereld van 300 m² waar ze zich helemaal kunnen uitleven.

Sonnwies begrijpt wat moderne gezinnen nodig hebben: een plek waar luxe en gezinsgeluk moeiteloos samengaan. Waar iedereen zijn batterij oplaadt en jullie als gezin weer echt tijd hebben voor elkaar.

Sonnwies Dolomites

Hinteregger Family
I-39040 Lüsen, Südtirol
Alter Runggerweg, 20
Italië



Verre reis Bali

Maya Ubud

Jungle Sereniteit voor het hele gezin



Diep in de jungle van Bali, omringd door een rivier en weelderige rijstvelden, ligt Maya Ubud. Een plek waar hartverwarmende gastvrijheid en pure sereniteit samenkomen. Hier, tussen de apen en tropische vogels, ervaar je direct die innerlijke rust waar je zo naar verlangde. Een gevoel dat je bijna overvalt.

Dit luxe en bijzondere resort begrijpt precies wat ouders nodig hebben: een uitstekende kidsclub met binnen- en buitenspeelruimte, kinderzwembad en butler service die geen wens onvervuld laat. Daarnaast wacht een fantastische openlucht spa met privé cabanas langs de stromende rivier en een nanny service die jullie de kans geeft om samen te relaxen in de serene adults-only infinity pool.



Midden in de jungle vind je jezelf terug

een tropisch toevluchtsoord

Deze magische plek nodigt uit voor onvergetelijke gezinsactiviteiten: de forest trail die het resort met de omliggende jungle verbindt, dineren met traditionele Balinese dansvoorstellingen, een yogasessie bij zonsopgang of een kookworkshop waar het hele gezin samen lokale gerechten leert bereiden.

Het mooie? Je hoeft het resort niet eens af om je te vermaken - ideaal tijdens middagslaapjes van de kids of als je 's avonds nog een afzakkertje wilt doen bij de poolbar.

Maya Ubud

Jl. Gunung Sari Peliatan
Ubud, 80571
Bali - Indonesia

Het resort ademt Balinese gastvrijheid: je wordt met open armen verwelkomd, een persoonlijke conciërge staat voor je klaar en brengt je met het golfkarretje naar alle faciliteiten.

Meerdere keren per dag rijdt er een busje naar het centrum van Ubud, en 's middags geniet je van een inbegrepen afternoon tea met lokale delicatessen en vers gepofte popcorn voor de kids.

Maya Ubud is een toevluchtsoord waar iedereen zijn rust vindt en jullie als gezin weer echt tijd hebben voor elkaar.

*Less stress met
deze Easy wins*

OYSTERS & LEMONADE

7. EASY WINS

Zes jaar geleden verhuisden we naar het buitenland. Sindsdien vliegen we minimaal 4 keer per jaar naar de andere kant van de wereld. Meestal reis ik solo met Romée, al vanaf haar geboorte. Overstappen, verloren koffers én kinderwagen, jetlags. Been there, done that!

Reizen met kids is fantastisch, maar laten we eerlijk zijn: het kost energie. Deze persoonlijke tips helpen je om zo relaxed mogelijk op pad te gaan.

VOOR VERTREK

- Check **alle** paspoorten en **visumregels** op tijd
- Alleen reizen met je kind? Download het alleenreizende ouderformulier
- Boek avondvluchten. Kids vallen vaak makkelijker in slaap
- Pak koffers min 1 dag van tevoren in (behalve knuffels en tandenborstels)
- Download films, spelletjes, luisterboeken
- Neem kleine cadeautjes mee voor tijdens de vlucht
- Begin een week voor vertrek al met het aanpassen van slaaptijden

SLIM INPAKKEN

- Extra setje kleren in handbagage
- Luiertas met alle essentials: speen, flesje, luiers, pyjama, doekjes
- Maak een digitaal mapje "Reisdocumenten" op je telefoon
- Verpak medicijnen dubbel: helft in koffer, helft in handbagage
- Neem altijd een extra telefoonoplader mee in handbagage
- Zet een AirTag in de rugzak van je kind, mocht ie zoekraken
- Pak een mooie reisoutfit in handbagage voor aankomst

UPGRADE JE COMFORT

- Investeer in noise-cancelling koptelefoons voor kids
- Neem je eigen nekkussentje mee - die van de airline zijn vaak te groot voor kinderen
- Boek extra beenruimte of nog beter: boek business class. Het maakt... het verschil: iedereen slaapt beter én hebt overal priority

OP REIS

- Ga ruim op tijd naar de luchthaven
- Overweeg loungetoegang (Schiphol vanaf €30) - ook zonder business class
- Neem de buggy mee voor kids onder 4 (ook als ze kunnen lopen). Dit geeft voorrang én extra bagageruimte
- Boek indien mogelijk airport assistance als je solo reist met je kind. Iemand helpt je door security en naar de gate

JETLAG VOORKOMEN

- Zet meteen bij aankomst alle klokken op lokale tijd
- Zorg dat je de eerste dag veel buiten bent voor het daglicht en accepteer dat je biologische klok tijd nodig heeft om te resetten



Travel Checklist

Documenten

- Paspoorten (langer dan 6 maanden geldig)
- Retour vliegticket
- Rijbewijs (internationaal)
- Pinpas (op wereld zetten!)
- Creditcard
- Cash geld
- Evt doktersverklaring
- medicatie als je die hebt
- Geboorteakte kids

Toiletspullen

- Deodorant
- Shampoo + conditioner
- Scheerspullen
- Tampons (echt doen!)
- Bodylotion
- Pincet
- Nagelknipper

Electronica

- Telefoonoplader
- Koptelefoons
- Powerbank
- Tablet + oplader
- Camera + oplader

Health & beauty

- Zonnebrand
- Aftersun
- Makeup + remover
- Skincare
- Medicatie
- Lenzen + vloeistof
- Pleisters
- Muggenspray

Kleding Kids

- Zwemkleding lange mouwen (kids)
- Hoedjes tegen de zon
- Zwemluiers
- Waterschoenen
- Comfortabele kleren voor in het vliegtuig

Ook handig

- Zonnebrillen
- Slaapmaskers
- Speelgoed
- Boekjes
- Tijdschriften
- Statief voor mobiel



8. JOUW VERLANGENS, ONZE EXPERTISE

Van dromen naar herinneringen met 12 jaar expertise aan je zijde



Met 12 jaar ervaring in de reisbranche, 4 jaar als moeder en als expat op 3 continenten, weet ik precies wat gezinnen nodig hebben. Als voormalig inkoper en marketeer voor grote reismerken, heb ik oog voor unieke details die het verschil maken. Van een gezinssafari in Zuid-Afrika tot een boomhut in Bali, ik vind voor jullie die verborgen parels waar nog jaren over wordt nagepraat. Doe inspiratie op via onze kanalen of laat je droomreis door mij ontwerpen.

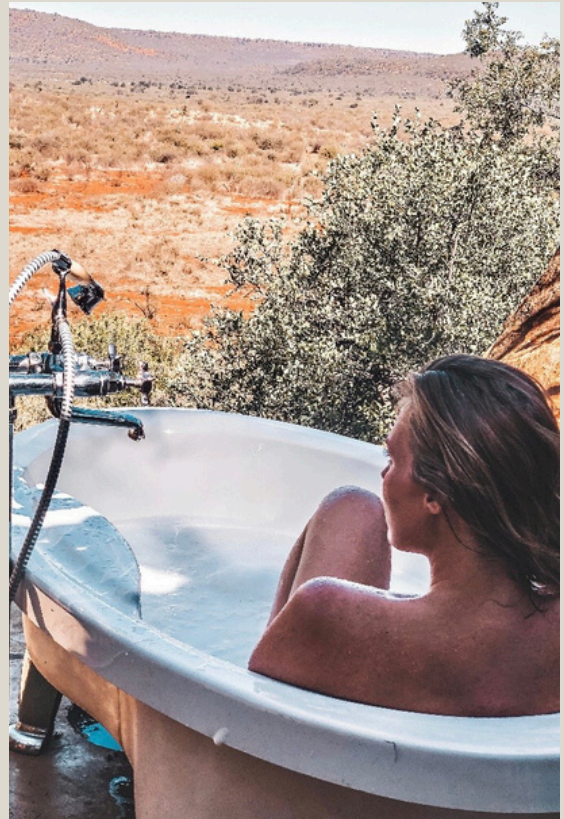
***eliza**
was here

HOUSE OF
HIDEAWAYS



PEGASE

Iedereen kan een vakantie boeken.
Plekken vinden met de perfecte balans
voor *jouw* behoeften en die van je *kids*, dat
is een *kunst*.



De mooiste reizen ontstaan niet uit standaardpakketten, maar uit
jouw unieke verhaal. Als reisexpert, moeder en liefhebber van
verfijning, zoek ik voor jou de perfecte balans waar het hele gezin
op hoog niveau kan ontdekken en relaxen.

***“Reizen verandert je perspectief, leert je nieuwe dingen en verrijkt je leven.
Ik breng je naar persoonlijk geselecteerde plekken waar jullie nog lang over
napraten.*”**