

## I consigli di Aspria Harbour Club per chi viaggia con i bimbi

notizia pubblicata **21 Luglio 2017** alle ore **11:45** nella categoria **Alberghi**



Aspria Harbour Club, meravigliosa oasi di sport e benessere a pochi passi dal centro di Milano, è sempre attento alla cura dei più piccoli e grazie ai suoi esperti ha stilato alcuni consigli per vivere vacanze serene con i propri figli, dalla pianificazione del viaggio ai rimedi una volta arrivati.

Non tutte le destinazioni sono adatte ai piccoli viaggiatori. Si consiglia di evitare le regioni a rischio epidemie e in generale optare per mete in cui i genitori stessi si sentano sicuri. Per chi volesse affrontare lunghe distanze bisogna tenere conto dell'età del bambino e se soffre di particolari patologie. La pressione durante il volo è critica per problemi come asma o problemi cardiaci, ma anche per un semplice raffreddore, che può essere alleviato da gocce nasali e una corretta idratazione. Alcune mete nascondono pericoli sottovalutati come l'acqua. Attenzione massima per la temperatura delle piscine che non deve essere sotto i 27 gradi e se i bambini non si sentono a proprio agio è preferibile farli uscire.

Numerose sono le incognite riguardanti l'esposizione al sole, a partire dai raggi UV. La protezione deve essere minimo SPF 30, importante è coprire sempre il capo e sono consigliati per neonati e per i più piccoli indumenti lunghi per evitare le scottature; se è troppo tardi si può rimediare con una pomata a base di cortisone.

Si raccomanda di mettersi in viaggio in buona salute e informarsi adeguatamente sulle vaccinazioni necessarie che variano a seconda della meta. Indispensabile è poi il kit di pronto soccorso per eventuali

ferite, traumi o infezioni. A tal proposito i bambini possono approfittare del tempo da trascorrere in famiglia invece di usufruire dei baby club, dove spesso si contraggono le infezioni virali, come anche nelle piscine a cui si dovrebbe preferire il mare. Ad uno stomaco sottosopra si può rimediare con una dieta priva di latticini, cibi grassi e bevendo tanta acqua insieme a succhi di frutta. Infine, per le fastidiose punture di insetti, sono nuovamente utili indumenti lunghi per le serate, l'uso di repellenti e di pomate in caso di puntura per alleviare il fastidio.

Aspria Harbour Club, sempre attento alle esigenze di adulti e bambini, si prende cura di tutta la famiglia anche durante il periodo estivo: a coloro che devono trascorrere l'estate in città o devono pazientare ancora un po' prima di partire per le vacanze, il Club offre una speciale iniziativa, il Summer in the City. Fino al 31 agosto è possibile accedere ai servizi esclusivi del Club con una speciale membership di 14 giorni al prezzo di 249 euro per adulti e 499 euro per mamma, papà, bambini e ragazzi fino ai 18 anni.

[www.aspria.com](http://www.aspria.com)