



Checklist Fietsvakantie

Apotheek:

- Tekentang
- Steriel fysiologisch water
- Pleisters, windels en kompressen
- Thermometer
- Insectenwerende spray
- Kalmerende zalf tegen insectenbeten
- Tekentang
- Steri-strip en steriele naalden
- Voorbehoedsmiddelen
- Oordopjes
- Douchegel/shampoo
- Vloeistof contactlenzen
- Pijnstillend en koortswerend middel
- Antacidum tegen maagzuur
- Middel tegen diarree
- Anti-allergische oordruppels en/of neusspray
- Ontsmettingsmiddel
- Schaar en pincet
- Zalf tegen blauwe plekken en verstuikingen
- Zonnecrème aangepast aan je huidtype
- Aftersun crème
- Zalf tegen zonnebrand
- Oordopjes
- Neusspray

Anders:

- Helm
- Verlichting
- Drinkbus
- Energierepen
- Fietsslot/fietstas
- Regenkledij
- Handschoenen
- Thermisch ondergoed
- Fietsbroekje
- Reparatieset/smeermiddel/
multitool

