

Lista rzeczy **na wyjazd**

Urlop to jeden z tych najbardziej wyczekiwanych momentów w roku. Warto się na niego dobrze przygotować, aby pozostawił po sobie tylko najlepsze wspomnienia. Z naszą listą nie zapomnisz o rzeczach, które sprawią, że ten czas będzie udany.



Wakacyjny must-have

1. Dokumenty

Koniecznie spakuj dokument tożsamości – jego cyfrowa wersja nie wszędzie może być akceptowana. Planujesz podróżować samochodem? Weź ze sobą ważne dokumenty. Zabezpiecz się również na wszelki wypadek, wykupując ubezpieczenie turystyczne.

2. Krem z filtrem SPF

Promieniowanie UVA dociera do nas w każdej szerokości geograficznej i nie blokują go ani chmury, ani deszcz. Dlatego krem z filtrem SPF należy stosować przez cały rok – nie tylko podczas wakacji.

Wypróbuj nasz **Krem SPF 50+ z melaniną**

Glow On – zapewnia bardzo wysoką ochronę przed promieniowaniem UVA, UVB i IR, chroni skórę przed działaniem wolnych rodników i spowalnia procesy starzenia skóry.



3. Probiotyki

Stres związany z wyjazdem, egzotyczne smaki i nowe miejsca mogą spowodować dolegliwości układu pokarmowego. Tu z pomocą przychodzą probiotyki! Zacznij je stosować 2 tygodnie przed wyjazdem i kontynuuj suplementację także w trakcie urlopu.

ProbioticMe Travel to suplement diety w formie owocowych żelek bez dodatku cukru. Nie wymaga przechowywania w lodówce. Zawiera przebadany klinicznie szczep *Bacillus subtilis* DE111® o udowodnionym działaniu m.in. w zapobieganiu i łagodzeniu biegunki podróżnych.



4. Oczyszczanie twarzy

Podwójne oczyszczanie to podstawa codziennej pielęgnacji, a zestaw Pure On w wersji travel, pozwala je wykonywać niezależnie od miejsca i sytuacji.

5. Apteczka

W podróży warto mieć ze sobą apteczkę. W razie kontuzji, otarcia, alergii czy ukąszenia przez komary. A do tego leki i suplementy diety, które przyjmujesz na co dzień.

Wyjazdowa checklista

- ☐ dowód osobisty lub paszport
- ☐ prawo jazdy i dowód rejestracyjny auta
- ☐ karta EKUZ i dodatkowe ubezpieczenie
- ☐ Krem SPF 50+ z melaniną Glow On
- ☐ ProbioticMe Travel
- ☐ Travel set Pure On
- ☐ apteczka
 - leki i suplementy diety, które stosujesz na co dzień, np.:*
 - ☐ OmegaMe,
 - ☐ shoty kolagenowe GlowMe Pro-Age
lub kolagen w saszetkach GlowMe,
 - ☐ ProteinMe,
 - ☐ Vitamin D Natural+
 - ☐ preparat na ukąszenia owadów
 - ☐ środki opatrunkowe
 - ☐ sól fizjologiczna
 - ☐ leki przeciwbólowe, przeciwbiegunkowe,
antyhistaminowe, na zaparcia