

Packliste

Im Folgenden finden Sie eine Liste, die Ihnen helfen kann, alles **Notwendige für Ihren Aufenthalt** einzupacken:

Dokumente/Befunde:

- Identitätsnachweis (Führerschein oder Reisepass)
- Bringen Sie bei chronischen Erkrankungen, die eine ständige Medikamenteneinnahme notwendig machen (z.B. Bluthochdruck, Diabetes, COPD, Herzerkrankung usw.), einen aktuellen (aktuell heißt nicht älter als 3-6 Monate) oder wichtige ältere fachärztlichen Befunde mit.

Medikamente und Hilfsmittel:

- Alle Medikamente, die Sie zurzeit einnehmen, in ausreichender Menge für die gesamte Dauer Ihres Aufenthalts
- Bei Bienen- oder Wespenallergie: Notfallset
- Hilfsmittel, z.B. Brille, Hörgeräte

Bekleidung und Schuhe:

- Kleidung und Schuhe der Jahreszeit entsprechend (z.B. Regenschutz, Kopfbedeckung, Handschuhe etc.)
- Badebekleidung, Badeschuhe, Badetücher (Saunabesucher, Vielschwimmer)
- Rutschfeste Hausschuhe
- Trainingsbekleidung (ausreichend für innen und außen entsprechend der Jahreszeit)
- Sportschuhe (für Aktivitäten im Freien und im Inneren)
- Wanderschuhe falls vorhanden
- Fahrradhose falls vorhanden

Unser Wäscheraum ist mit einer Waschmaschine, einem Trockner und einer Bügelmöglichkeit ausgestattet.
Wäsche-Tabs können an der Rezeption erworben werden.

Sonstiges:

- Hygieneartikel (Duschgel, Seife, Zahnbürste, Shampoo, Kosmetik, Kamm, Haarbürste etc.)
- Rucksack oder Tasche für Programmunterlagen
- Trinkflasche