

## Packliste für Ihren Aufenthalt – Was müssen Sie mitbringen?

Diese Checkliste unterstützt Sie, alles Notwendige für Ihren Aufenthalt einzupacken.

### Dokumente

- Identitätsnachweis (Führerschein oder Reisepass - wir sind verpflichtet eine Prüfung vorzunehmen)
- Ihre e-Card – für eventuell während Ihres Aufenthalts notwendige Behandlungen außerhalb der Gesundheitseinrichtung (z.B. Zahnbehandlung oder Behandlung im Krankenhaus)
- Eine Liste mit den Medikamenten, die Sie zurzeit einnehmen
- Wenn vorhanden: Allergiepass, Blutdruckpass, Diabetikerausweis
- Aktuelle Blut- oder Laborbefunde können persönlich mitgebracht werden, falls diese nicht länger als vier Wochen zurückliegen - Sie benötigen jedoch keine extra Blutuntersuchung im Vorfeld!
- etwaige klinische Vorbefunde (z.B. Arztbriefe, Echokardiographie, Ergometrie, (24h-) EKG, Blutdrucktagebuch, etc.) zur ärztlichen Aufnahme persönlich mitbringen

### Medikamente und Hilfsmittel

- Medikamente, die Sie regelmäßig oder bei Bedarf (z.B. Allergie) einnehmen, damit sie auch während des Aufenthaltes gut versorgt sind
- Bei Bienen- oder Wespenallergie: Notfallset
- Hilfsmittel, falls vorhanden (z.B. Brille, Hörgeräte mit Ersatzbatterien)

### Bekleidung und Schuhe

- Kleidung und Schuhe der Jahreszeit entsprechend
- Rutschfeste Hausschuhe
- Trainingsbekleidung (ausreichend für Indoor- und Outdoor-Aktivitäten der Jahreszeit entsprechend)
- Sportschuhe für draußen und Hallenschuhe mit heller Sohle
- Für Damen wird die Mitnahme von einem Sport-BH empfohlen
- Wander- und Regenbekleidung für Aktivitäten im Freien - festes Schuhwerk
- Bademantel und Badebekleidung für Saunabesuch und Schwimmbadnutzung
- Sonnenschutz

### Sonstiges

- Persönliche Hygieneartikel (Duschgel, Seife, Zahnbürste, Haarbürste, Shampoo, Kosmetik etc.)
- Wecker
- Trinkflasche
- Pulsuhr, Schwimmbrille und Nordic Walking Stöcke, sofern Sie welche besitzen (Leihmöglichkeit ist im Haus vorhanden)

- Eventuell einen kleinen Rucksack
- Waschmaschine, Wäschetrockner und Waschmittel stehen gegen Aufpreis zur Verfügung