



## Ihre persönliche Checkliste – was Sie mitbringen:



- E-Card und Lichtbildausweis
- Einladungsschreiben über das Heilverfahren
- Alle **ausgefüllten** Unterlagen und Formulare, die Sie von uns erhalten haben
- Kontaktdaten Ihrer Angehörigen (Telefonnummern, Adressen), Ihres\*Ihrer Hausarztes\*Hausärztin
- Vorhandene Befunde und Röntgenbilder – bitte **griffbereit im Handgepäck**
- Allergiepass, Blutgruppen-Ausweis etc. (wenn vorhanden)
- Medikamente, die zurzeit verordnet sind – **bitte in Originalverpackung und im Handgepäck, nicht in Wochenspendern, ausreichend für die Dauer Ihres Aufenthaltes**
- Div. Behelfe: Gehhilfen, Stöcke, Rollator, Sehbehelfe etc.
- Mobiles Sauerstoffgerät – falls erforderlich (bitte informieren Sie Ihre beliefernde Sauerstoff-Firma zeitgerecht über die Dauer Ihres Aufenthaltes in unserem RZ!) **Das Sauerstoffgerät muss über eine gültige Prüfplakette verfügen!**
- Kleidung – der Jahreszeit angepasst – ausreichend für die Dauer Ihres Aufenthaltes (Wander-Regenbekleidung, Therapiekleidung, Trainingsanzug, Fahrradhose)
- Hausschuhe, Turn- oder Wanderschuhe (wetterfest, wasserabweisend)
- Nordic-Walking Stöcke (falls vorhanden); bitte keine Wanderstöcke
- Bademantel, Badebekleidung, Badeschuhe
- Toilette- und Körperpflegeartikel (Seife, Kamm, Zahnbürste, Rasiersachen, Shampoo)
- Kälte- und Sonnenschutz; Kopfbedeckung, Handschuhe, Fettcreme, Sonnenschutzmittel

Es besteht die Möglichkeit, Tageszeitungen, Zeitschriften und Dinge des täglichen Gebrauches in der Cafeteria im Haus zu kaufen. Waschmaschine und Wäschetrockner stehen zur Verfügung – Waschmittel müssen selbst mitgebracht werden oder können in der Cafeteria gekauft werden.