



Checkliste Kur

Handgepäck

- Personalausweis oder Reisepass (noch gültig?)
- Impfpass
- Allergiepass
- Gelbes Vorsorgeheft der Kinder
- ausgefüllte Patientenbögen, Kurfähigkeitsbescheinigungen vom Hausarzt
- wenn Sie mit der Bahn anreisen die Tickets
- Krankenversicherungskarte
- Geld für persönliche Ausgaben
- Handy
- wichtige Medikamente
- Verpflegung

Medikamente

- Dauermedikamente wie Tabletten gegen Allergien
- Pari-Boy / Medikamente zum Inhalieren
- Zuckermessgerät
- Fieberthermometer

Kleidung

- Unterwäsche
- Socken, Strümpfe
- Hemden, Blusen, T-Shirts und Pullover
- Jacke, Strick-, Regenjacke
- Mütze, Schal, Handschuhe
- Hosen
- Kleider, Röcke
- Schlafsachen
- Badesachen, Bademantel
- Sportbekleidung, Turnschuhe
- Wanderbekleidung

- Schuhe, Hausschuhe
- Waschlappen, Handtücher

Kosmetik und Körperpflege

- Zahnbürste, Zahnpasta
- Seife, Haarshampoo, Duschzeug
- Haarbürste, Kamm, Haartrockner
- Rasierzeug
- Gesichtscreme
- Parfüm / Deo
- Körpercreme Bodylotion
- Haargel, Haarspray
- wenn Sie eine Kur im Sommer machen: Sonnencreme
- Nagelpfeile und -schere
- Schminkutensilien
- Wattestäbchen
- Tampons / Binden

Sonstiges

- Fotoapparat
- Brille, Sonnenbrille
- Ladekabel für das Handy
- Discman oder mp3 player, Kopfhörer
- Wecker
- Rucksack für Ausflüge
- Schreibutensilien
- Schuhputzzeug / Kleiderbürste

für die Kur mit Babys / Kleinkindern

- der Jahreszeit entsprechende Kleidung
- Sport- und Schwimmbekleidung
- Windeln
- Toilettensitz oder Töpfchen
- Feuchte Tücher, Babycreme, Öl, Puder
- besondere Verpflegung (Milchnahrung, Gläschen, Brei)
- Flaschen, Sauger, Flaschenwärmer, Flaschenbürste

- Schnuller
- Schmusekissen, Kuscheltier
- Buggy, Kinderwagen, Tragetuch
- Mückennetz für den Kinderwagen
- Babyphon
- Fieberthermometer
- Nachtlcht
- Kassettenrekorder oder CD Player
- Spielzeug

Erkundigen Sie sich vorher, was an Inventar für Kinder schon vorhanden ist, damit Sie nichts umsonst mitnehmen.