

Ihre Packliste

Wir empfehlen Ihnen, folgende Dinge mitzubringen



- ☐ Personalausweis oder Reisepass
- ☐ Gesundheitspässe (Impf- und Allergiepass, Schwangerschaftspass etc.)
- ☐ Krankenversichertenkarte
- ☐ Unterlagen, die Sie evtl. von der Krankenkasse / dem Arzt erhalten haben
- ☐ Beleg über die Einzahlung des Eigenanteils
- ☐ Dauermedikamente (**ausreichend für die Dauer der Maßnahme**)
- ☐ Taschengeld in angemessener Höhe (auf der Insel finden Sie Geldautomaten von der Sparkasse und Volksbank)
- ☐ Sportbekleidung für Bewegungstherapie und Entspannung
- ☐ Festes Schuhwerk für die Außenangebote
- ☐ Turnschuhe für Innenangebote
- ☐ Wind- und regenfeste Kleidung
- ☐ Badebekleidung
- ☐ Badetuch für den Strand und das Badehaus Norderney
- ☐ Hausschuhe und Badeschuhe nach Bedarf
- ☐ Hygieneartikel des Alltags
- ☐ Einen Wecker
- ☐ Sonnencreme (je nach Jahreszeit)
- ☐ Wichtige Adressen und Telefonnummern
- ☐ Trinkflasche
- ☐ Ggf. kleine Einkaufstasche
- ☐ _____
- ☐ _____