



Mitnahme-Checkliste für die Nordseeklinik Erlengrund

- Falls Sie eine Dauermedikation (z. B. Schilddrüsenerkrankung, Pille o. ä.) erhalten, bringen Sie bitte Ihre Medikamente für die Kurdauer mit. Gleiches gilt auch für ein Inhaliergerät, wenn Ihr Kind regelmäßig inhalieren muss.
- Erfahrungsgemäß ist die Mitnahme einer kleinen Reiseapotheke (besonders mit den Medikamenten, die Sie Ihrem Kind zu Hause auch geben) mit Fieberthermometer sinnvoll.
- Falls Sie aufgrund von Halswirbelproblemen bzw. Kopfschmerzen ein besonderes Kissen benötigen, bitten wir Sie, dieses mitzubringen.
- Denken Sie bitte auch an Badeanzug, Bademantel, Gymnastikbekleidung, Turnschuhe mit rutschfester Sohle. Die Gegend ist optimal zum Inlineskaten ... falls Sie noch Platz im Koffer haben...
- Sportliche wetterfeste Kleidung mit Kapuze oder Mütze sowie feste Schuhe und bequeme Laufschuhe werden benötigt (ab Oktober bitte als Winterkleidung/Winterschuhe).
- Auch im Sommer sollten Sie auf warme Pullover, Regenschutz und Gummistiefel, sowie Mütze, Stirnband oder Sonnenhut nicht verzichten.
- Handtücher sind auf dem Zimmer vorhanden. Bitte bringen Sie 2-3 Badelaken für den Besuch im Schwimmbad oder den Strand mit, gegebenenfalls auch Waschlappen und Lätzchen.
- Bitte denken Sie an Ihre Versicherungsschipkarte der Krankenkasse, falls Sie oder Ihr Kind außerhalb der Einrichtung behandelt werden müssen.
- Warme Socken brauchen Sie bei einigen Entspannungsübungen, Yoga oder nach Kneipp'schen Anwendungen.