



# Gut vorbereitet in die Reha

## Ihre persönliche Checkliste für den Aufenthalt

Ihr Reha-Aufenthalt steht kurz bevor und Sie fragen sich, woran Sie beim Packen und den Vorbereitungen denken müssen? Hier geben wir Ihnen Tipps, was in Ihrem Gepäck nicht fehlen sollte.

### Rücksendung der ausgefüllten Unterlagen

- Datenschutzerklärung
- Rückmeldebogen
- Kontaktformular
- Anamnesebogen

### Therapien, Anwendungen und Freizeit

- Unterwäsche, Nachtwäsche
- Ausreichend Ober- und Unterbekleidung
- Bequeme und wetterfeste Kleidung (an die Jahreszeit angepasst)
- Sport- und Freizeitkleidung
- Jogginganzug und Turnschuhe
- Badesachen, Badeschuhe, Bademantel, Badehandtuch
- Hausschuhe, gut eingelaufenes Schuhwerk
- Handtuch für die Anwendungen

### Persönliche Dinge

- Zeitschriften, Bücher
- Musik, Kopfhörer
- Handy, Laptop, Tablet und Ladekabel
- Hobbyzubehör (Stricken, Nähen)
- Wecker, Uhr
- Bargeld (für Cafeteria, Waschmaschine etc.)

### Unterlagen und Ausweise

- Personalausweis
- Krankenversicherungskarte
- Impfpass
- Ggf. Schwerbehindertenausweis, Allergiepass, aktuelle Arztberichte, Röntgenbilder, EKG, Laborbefunde
- Ggf. aktueller DMP-Dokumentationsbogen (Disease-Management-Programm)

### Medizinisches / Hilfsmittel

- Medikationsplan, Medikamente (für die ersten Tage)
- Gehhilfen, Rollstuhl oder
- Brille oder Kontaktlinsen, Sonnenbrille
- Hörgerät
- Prothesen, Bandagen, Kompressionsstrümpfe

### Kosmetik und Körperpflege

- Zahnbürste, Zahnpasta
- Seife, Duschgel, Shampoo
- Kamm, Haarbürste, Fön
- Rasierapparat mit Zubehör
- Kosmetika, Creme, individuelle Pflegemittel
- Deo
- Nagelschere, Nagelfeile

### Hinweis

Bitte lassen Sie wichtige Wertgegenstände oder größere Geldbeträge besser zu Hause. Bei Verlust können wir keine Haftung übernehmen. Handtücher sind für den täglichen Gebrauch auf den Zimmern vorhanden.