

# Packliste: Mutter-Kind-Kur

---

## Dokumente + Wichtiges:

- Personalausweise
  - Krankenversicherungskarten
  - Impfbescheinigungen/Impfausweise
  - Ärztliche Dokumente/Atteste
  - Medikamente für 3 Wochen
  - Notfall-Apotheke (z.B. Pflaster, Fieberthermometer, Schmerzmittel)
- 

## Kleidung für dich + Kind(er):

- Unterwäsche und (warme) Socken
- Hosen und Oberteile
- Jogginghosen, Leggings
- Sportsachen
- Badesachen
- Wetterfeste Kleidung (Regenjacken, Matschhose, Gummistiefel)
- Hausschuhe und Badelatschen
- Schlafanzüge
- Mütze, Schal, Handschuhe, Sonnenhut

## Hygieneartikel:

- Zahnbürsten und Zahnpasta
  - Duschgel, Shampoo & Seife
  - Handtücher und Waschlappen
  - Badetücher, Bademäntel
  - Windeln und Feuchttücher (falls benötigt)
  - Kosmetiktasche + Nagelschere
  - Fön
- 

## Sonstiges Equipment:

- evtl. Buggy, Kindersitz, Babyphon (falls nicht vor Ort)
- Lieblingsspielzeug, Bücher, Kuscheltiere
- Handy, Tablet, eBook-Reader, Ladegeräte
- Snacks und Trinkflaschen
- Bargeld und EC-Karte