

Checkliste: Mutter-Kind-Kur

Dokumente:

- Unterlagen ausgefüllt an die Klinik senden
 - Unterlagen ausgefüllt an die KK senden
 - Arbeitgeber über Kur informieren und Bescheinigung einreichen
 - Kita/Schule der Kinder über Kur informieren und Bescheinigung einreichen
-

Kinderarztpraxis:

- Impfbescheinigung/Impfausweise der Kinder
 - Bestätigung, dass Kinder frei von ansteckenden Krankheiten sind
 - Bestätigung über Allergien/Unverträglichkeiten der Kinder
 - Attest (falls sich etwas an der Diagnose geändert hat)
-

Hausarztpraxis:

- Rezepte abholen
 - Bestätigung über Allergien/Unverträglichkeiten
 - Attest (falls sich etwas an der Diagnose geändert hat)
-

Kur-Klinik:

- Anruf, um Ankunftszeit und Ausstattung zu klären

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