

## **Persönliche Dinge, die Sie mitbringen sollten:**

- Artikel für die Körperpflege und persönliche Hygiene
- Ausreichend Kleidung
- Organmedizinische Dauermedikation für Erkrankungen, die nicht direkt mit der psychosomatischen Behandlungsindikation zusammenhängen, bitte ausreichend für ca. 5 Wochen verordnen lassen und mitbringen. Psychopharmaka werden von der Klinik gestellt, diese Medikamente aber für die ersten Tage mitbringen. Falls nicht vorrätig, bestellen wir diese.
- Persönliche Hilfsmittel wie Brille, Hörgerät usw.
- Sportkleidung
- Turnschuhe
- Festes Schuhwerk
- Regenkleidung/-schirm
- Badehose/-anzug/Bikini
- Badeschlappen
- Waschpulver
- Wecker
- Großes Saunatuch

## **Dinge, die Sie bei persönlichem Bedarf mitbringen können:**

- Persönliche Dinge, die Ihren Aufenthalt angenehmer gestalten (Lektüre, Musik, Fotos usw.)
- Ihr Fahrrad, wenn Sie ausserhalb der Therapiezeiten die Gegend erkunden möchten
- Nordic-Walking-Stöcke

## **Dinge, um die Sie sich keine Gedanken machen müssen und gestellt werden:**

- Bettwäsche
- Handtücher
- Badetücher
- Bademantel
- Fön
- Sporttuch
- Wolldecke

## **Nicht mitnehmen sollten Sie:**

- Wertsachen wie Schmuck, Kreditkarten, größere Bargeldbeträge
- Alkohol, da dies in unserer Klinik nicht gestattet ist
- Kerzen, Wasserkocher, Heizdecke, Tauchsieder