



## **NICHTS VERGESSEN?** **Ihre persönliche Checkliste**

- Habe ich der Klinik meine Ankunftszeit mitgeteilt, damit wir am Bahnhof Wismar abgeholt werden? (Unser Shuttle-Service steht am An- und Abreistag zwischen 07:00 – 19:00 Uhr zur Verfügung. Bitte am Bahnhof den Hauptaussgang benutzen, Höhe der Taxistände warten.)
- Habe ich an den Selbstauskunftsbogen gedacht?
- Habe ich die Klinik über eine bestehende Schwangerschaft informiert?

### **Habe ich die nachfolgenden Artikel für mich und die Kinder eingepackt?**

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Krankenversichertenkarte, Impfpässe, bei Schwangeren: Mutterpass</li> <li><input type="checkbox"/> Medikamente + Bedarfsmedikamente, die ständig genommen werden müssen, ausreichend für die Dauer der Kur<br/>Inhalationshilfe (Vortex, Aerochamber)</li> <li><input type="checkbox"/> Buggy / Kinderwagen (für Kleinkinder erforderlich) (Bollerwagen können nur in begrenzter Menge ausgeliehen werden).</li> <li><input type="checkbox"/> Badehandtücher für Schwimmbad, Sauna und Strand sowie für den eigenen zusätzlichen Bedarf</li> <li><input type="checkbox"/> Badeschuhe- latschen / Bademäntel / Badeanzüge/-hosen<br/>Schwimmflügel/-windeln, Lätzchen für Kleinkinder</li> <li><input type="checkbox"/> Hygieneartikel, u.a. Zahnputzbecher, Handseife, Waschlappen (Windeln können auch im hauseigenen Kiosk erworben werden)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Turnschuhe für die Sporthalle (helle/abriebfeste Sohle) sowie für draußen festes, bequemes Schuhwerk, Sportkleidung</li> <li><input type="checkbox"/> Regenmantel-/schirm / wetterfeste Kleidung, Gummistiefel für Kinder</li> <li><input type="checkbox"/> Schulmaterialien, etwas Spielzeug</li> <li><input type="checkbox"/> bei Bedarf: eigenes Kissen oder Nackenkissen</li> <li><input type="checkbox"/> Fieberthermometer, Wärmflasche</li> <li><input type="checkbox"/> Trocknergeeignete Kleidung</li> <li><input type="checkbox"/> Trinkflasche für den Wasserspender, Trinkbecher für das Zimmer oder die Teeküche</li> <li><input type="checkbox"/> Sonnenschutz, Mückenspray, Salbe für Mückenstiche</li> <li><input type="checkbox"/> Kompressionsstrümpfe bei Bedarf für die Lymphdrainage</li> </ul> |
|--|--|

**Bettwäsche und Handtücher werden Ihnen zur Verfügung gestellt.  
Handtuchwechsel 1x wöchentlich, Bettwäschewechsel 1x im Kurgang.**

**Elektrische Geräte, außer Haarföhn, Wecker, Handy, Tablet und Laptop  
(elektrisch geprüft mit CE-Kennzeichen) dürfen nicht mitgebracht werden.**

**Hinweis: Wir empfehlen, keinen wertvollen Schmuck sowie höhere Beträge an Bargeld mitzuführen.**



**An/Abreise** Ihr Appartement steht Ihnen **am Anreisetag ab 16.00 Uhr** und **am Abreisetag bis 9.00 Uhr** zur Verfügung.

### **Gepäckbeförderung**

Bitte organisieren Sie bei Bedarf rechtzeitig Ihre Gepäckbeförderung über die Deutsche Bahn, den Hermes Versand oder die Post.

Bitte beachten Sie hierbei, dass die Kofferpost ca. zwei Tage länger unterwegs ist.

Adresse für die Gepäckbeförderung: **Ostseeklinik Poel  
Schwarzer Busch Ausbau 1b  
23999 Insel Poel**

**Besucher** Besuche von Familienangehörigen etc. sind nicht erlaubt.

**TV / Telefon  
W-Lan** Alle Appartements sind mit einem Farb-TV (ohne Radio) und Durchwahltelefon ausgestattet.  
W-Lan und Festnetztelefonnutzung können Sie über unser Kommunikationspaket käuflich erwerben.

**Wäsche** Münzwaschmaschinen und Müntrockner stehen Ihnen gegen Gebühr zur Verfügung. Bügeleisen können ausgeliehen werden.

**Haftung** Die Klinik übernimmt für mitgebrachtes Eigentum, auch z.B. auf unseren Parkflächen abgestellte Fahrzeuge keine Haftung.

**Einkaufen** Für kleine Besorgungen wie Getränke, Windeln, Postwertzeichen, Zeitschriften und Toilettenartikel befindet sich in der Klinik ein Kiosk. Die nächste Einkaufsmöglichkeit ist in Kirchdorf (2 km entfernt).

**Fahrräder** Mehrere Ausleihmöglichkeiten auf der Insel Poel.

**Freizeit** Außerhalb der Therapiezeiten und an den Wochenenden können Sie selbstständig Ausflüge unternehmen.  
Die Klinik und externe Dienstleister bieten zusätzlich kostenpflichtigen Dienstleistungen an.  
Beim Verlassen des Klinikgeländes verfällt der Versicherungsschutz. Für eventuell aufkommende Schäden oder Unfälle tragen Sie in diesem Fall daher selbst die Verantwortung.

**Betreuung** Um den Müttern und Vätern die für ihre Therapiemaßnahmen notwendige Zeit zu geben, werden die Kinder je nach Alter in verschiedenen Kindergruppen vormittags und nachmittags, montags bis freitags betreut und beschäftigt.  
Hierzu erhalten sie bei Anreise ein Informationsblatt für Ihren Therapieablauf und für Ihre Kinderbetreuung. Außerhalb der ausgewiesenen Betreuungszeiten liegt die Aufsichtspflicht für Ihre Kinder bei Ihnen.  
Bitte beachten Sie darüber hinaus, dass für bestimmte Bastelarbeiten im Kinderland ein Unkostenbeitrag für das Material anfällt.