

## Ich packe meinen Koffer und nehme ....

- Ärztliche Attest bei Nahrungsmittelunverträglichkeit
- Impfpässe
- Dauermedikamente (z.B. Schilddrüse, Blutdruck)
- Medikamente falls der Schnupfen kommt (Fiebersaft, Nasenspray usw.)
- Notfallmedikamente (Asthma, Allergie) + ärztliche Verordnung
- Mückenspray (Frühling/Sommer)
- Sonnenschutz für Erwachsene und Kinder
- Versicherungskarte der Krankenkasse, ggf. Befreiung der Krankenkasse
- Buggy / Kinderwagen
- Badelatschen, Bademäntel
- Badeanzüge/ Badehosen + großes  
Badehandtuch für den Strand
- Schwimmflügel
- feste Turnschuhe (Innenbereich / helle Sohle)  
für Kinder und Erwachsene
- feste Turnschuhe für draußen für Kinder und  
Erwachsene
- Regenmantel/Regenschirm
- Gummistiefel
- Sonnenhut ☺, Sonnenbrille
- Strandspielzeug, ein kleinen Eimer und vielleicht eine Schaufel
- Mütze und Schal im Winter
- Mütze und Halstuch für die stürmische Zeit am Meer
- Fön, Wecker
- Kleine und große Handtücher für den gesamten Kurzzeitraum
- Hausschuhe für die Kinderbetreuung und für das eigene Zimmer
- Kleine Kuscheldecke und Kissen für die Entspannung
- dicke Socken für die Entspannung und zum Wassertreten
- ggf. Schulmaterial für die Hausaufgabenbetreuung
- Lieblingsspielzeug und Kuscheltier
- Bücher für den Lesenachmittag
- Gesellschaftsspiele für Langeweile
- Bastelmaterial für die Kreativen
- Handyladekabel
- Taschengeld für Groß und Klein ☺



- Buntstifte für die Kinder und Kugelschreiber für die Erwachsenen und Notizbuch
- Fotoapparat
- Thermobecher mit Deckel für einen schnellen Kaffee zwischendurch
- ggf. eigenes Kopfkissen
- Adressen der Lieben von zu Hause für eine Postkarte aus Zingst

**.....mit!!!**

