

Packliste/Merkblatt für Ihren Aufenthalt in der Clinica Holistica Engiadina

Wir empfehlen die Anreise mit dem öffentlichen Verkehr (SBB/RHB, Zielbahnhof „Susch staziun“). Schweres Gepäck können Sie vorgängig aufgeben, dieses wird in die Klinik gebracht.
Adresse: Ihr Name, Clinica Holistica Engiadina SA, Plaz 40, 7542 Susch.

Falls Sie mit Ihrem eigenen Auto anreisen, kann dieses für die Dauer des Aufenthaltes auf dem klinikeigenen Parkplatz gebührenpflichtig stationiert werden. Preis pro Woche: pauschal CHF 30.00. Die Zufahrt zu den Haupteingängen ist zum Ein- und Ausladen des Gepäcks gestattet.

Es besteht die Möglichkeit, den wöchentlichen Wäschereiservice der Clinica Holistica Engiadina (Verrechnung gemäss interner Preisliste) in Anspruch zu nehmen. Ihre Wäsche muss nicht beschriftet werden. Als Alternative steht Ihnen die Waschküche im Haus Muglinas zur Verfügung (Waschmaschine und Trockner mit Münzapparat / Bügelbrett und Bügeleisen sowie Waschmittel stehen zur Verfügung).

Ein Bademantel sowie Frottierwäsche werden zur Verfügung gestellt.

Für die Kunsttherapie stehen Schürzen zur Verfügung.

Für die Dauer des Klinikaufenthaltes werden Sie entsprechende Schutzmasken von der Clinica erhalten.

PACKLISTE

Persönliches

- Toilettenartikel und Haartrockner
- Alle regelmässig eingenommenen Medikamente für die Dauer Ihres Aufenthaltes in Originalpackung, inkl. aktuellem Dosierungsplan
- Alltags-/Freizeitbekleidung inkl. Unter- und Nachtwäsche sowie Socken für die Zeit des Aufenthaltes
- Trainingskleider für sportliche Aktivitäten im und ausser Haus
- Badebekleidung für Wassertherapien und Wellness
- Wetterfeste, der Jahreszeit angepasste Jacke und ggfs. auch Hose
- Schuhe: rutschfeste Badeschuhe, Indoor-Turnschuhe, der Jahreszeit angepasste Outdoor-/Wanderschuhe, Hausschuhe, Antirutsch-Socken für Bewegung und Tanztherapie
- Winter: ev. Schuhspikes (diese können bei Bedarf auch am Empfang im Haupthaus gekauft werden)
- Ganzjährig: Sonnenbrille, Mütze, Stirnband, Handschuhe
(Stirnband und Handschuhe ggfs. auch für die Kältetherapie)
- Kleiner Rucksack sowie bei Bedarf eine Thermosflasche für Wanderungen.
Von der Clinica erhalten Sie bei Ankunft eine in der Schweiz hergestellte CO₂-neutrale und rezyklierbare B1.GREEN-Trinkflasche, die Sie behalten dürfen.
- Nordic Walking Stöcke (falls vorhanden, ansonsten können Sie Stöcke in der Clinica ausleihen)
- Lektüre und/oder eReader

Dokumente

Falls vorhanden und wenn nicht schon von Hausarzt an uns weitergeleitet:

- Covid-Zertifikat in Papierform oder in der App
- Medikamentenliste mit aktuellem Dosierungsplan
- Blutverdünnungsausweis
- Blutgruppenkarte
- Allergiepass, Impfausweis und andere medizinische Ausweise
- Angabe von med. diagnostizierten Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Krankheiten wie Zöliakie, Laktoseintoleranz, etc.
- Befunde der Voruntersuchungen (Labor, EKG, somatischer Bericht)
- Ernährungs- und Diätpläne
- Krankenkassenkarte/n
- Identitätskarte
- Bankverbindung

Diverses

- falls vorhanden Halbtax-Abo / GA
- Sie sollten überdenken, ob Sie Ihre persönliche Post bzw. Zeitungen für die Zeit des Klinikaufenthaltes zur Klinik nachsenden lassen möchten
- Versorgung/Pflege von Pflanzen und/oder Haustieren organisieren

Anzahlung persönliche Auslagen, Laktattests, Materialkosten, ggfs. Parkplatz

- Mindestens 10 Tage vor Anreise ist ein Depot von CHF 600.00 zu überweisen, für persönliche Auslagen/Extras im Haus sowie für die Kosten der Laktattests und Materialkosten Gestaltung

Eine mögliche Differenz zu Ihren Gunsten wird nach dem Aufenthalt an Sie überwiesen.

Bei weiteren Fragen können Sie sich jederzeit telefonisch an uns wenden.