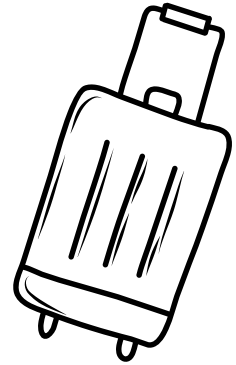


# Co zabrać do sanatorium?



## Dokumenty

- dowód tożsamości
- skierowanie
- dokument potwierdzający prawo do ubezpieczenia zdrowotnego
- dokumentacja medyczna
- ew. orzeczenie o niepełnosprawności

## Apteczka/kosmetyczka

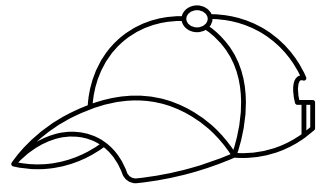
- zapas leków przyjmowanych na stałe
- tabletki przeciwbólowe
- lek na przeziębienie
- lek na biegunkę
- plastry na odciski
- kosmetyki
- akcesoria do czyszczenia protez/aparatów słuchowych
- szczoteczka do zębów
- szczotka/grzebień

## Pozostałe akcesoria

- parasolka
- ładowarka
- przejściówka do kontaktu
- termos na wycieczki i spaceru
- kubek, talerz, sztucce
- igła, nici
- mokre chusteczki
- nożyczki, pilniczek itp.
- stopery do uszu
- opaska na oczy do spania
- worek na brudną odzież i bieliznę

**Część sanatoriów jest wyposażona w małe AGD, np. czajnik lub żelazko. Niektóre oferują odpłatne korzystanie z tego typu sprzętów. Dlatego wcześniej skontaktuj się z obiektem i poznaj zasady.**

**Dowiedz się więcej -  
co zabrać do  
sanatorium?**



# Jakie ubrania spakować?

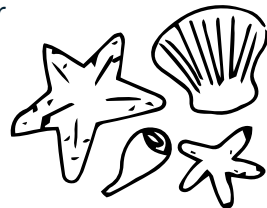


## Wiosna

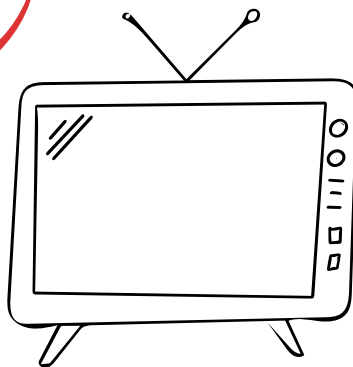
- bielizna
- pidżama
- szlafrok (w niektórych obiektach można wypożyczyć za dodatkową opłatą)
- dresy/legginsy
- kilka koszulek z krótkim rękawem
- kilka koszulek z długim rękawem
- polar
- lekkie buty do chodzenia po obiekcie
- wygodne buty do spacerowania
- strój na wieczorne wyjście
- kurtka wiosenna
- kurtka przeciwdeszczowa
- kalosze
- strój kąpielowy na basen + czepek
- klapki na basen i/lub do kąpieli
- plecak/nerka
- rajstopy

## Lato

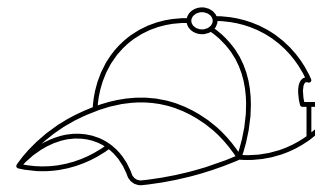
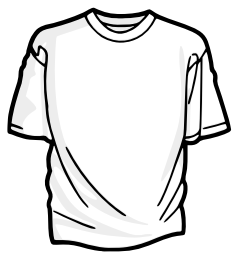
- bielizna
- pidżama
- szlafrok
- lekkie dresy
- kilka koszulek z krótkim rękawem
- krótkie spodenki/spódnica/legginsy
- topy
- lekkie buty do chodzenia po obiekcie
- wygodne buty/sandały na spacer
- kapelusz/czapka z daszkiem
- okulary przeciwsłoneczne
- kurtka przeciwdeszczowa
- strój kąpielowy na basen + czepek
- strój na wieczorne wyjście
- cieplejsza bluza lub sweter
- rajstopy
- plecak/nerka



**Nie zapomnij  
wziąć ze sobą  
gotówki!**



**W wielu sanatoriach  
za dodatkową opłatą  
zostanie Ci  
wymieniony ręcznik  
i pościel.**



## Jesień

- bielizna
- pidżama
- szlafrok
- dresy
- kilka koszulek z krótkim rękawem
- koszulki z krótkim rękawem
- polar
- lekkie buty do chodzenia po obiekcie
- wygodne buty do spacerowania
- strój na wieczorne wyjście
- cieplejsza kurtka
- kurtka przeciwdeszczowa
- kalosze
- strój kąpielowy na basen + czepek
- klapki na basen i/lub do kąpieli
- plecak/nerka
- rajstopy
- czapka, szalik na chłodniejsze dni

## Zima

- bielizna
- pidżama
- szlafrok
- dresy
- kilka koszulek z długim rękawem
- koszulki z krótkim rękawem
- polar
- czapka, szalik, rękawiczki
- ciepła kurtka zimowa
- obuwie zimowe
- lekkie buty do chodzenia po obiekcie
- ciepłe spodnie
- dodatkowy cieplejszy sweter lub bluza
- strój na wieczorne wyjście
- strój kąpielowy na basen + czepek
- klapki na basen i/lub do kąpieli
- plecak/nerka
- rajstopy

Sprawdź, na czym  
polega **leczenie**  
**sanatoryjne**



Zobacz zestawienie -  
**najlepsze sanatoria w**  
**Polsce**

