

Szpitalny zestaw awaryjny	✓
Dowód osobisty – ksero zestaw w domu	
Medyczną Kartę Informacyjną - wzór znajduje się na zdjęciu	
leki przyjmowane na stałe	
szczoteczkę i pastę do zębów	
szampon i żel pod prysznic (sugerujemy postać: dwa w jednym)	
mydło	
papier toaletowy	
chusteczki nawilżone	
chusteczki higieniczne	
małe i średnie worki na śmieci	
grzebień lub szczotkę do włosów	
podpaski / tampony	
maszynkę i żel do golenia	
ręcznik (mały lub średni)	
kłapki pod prysznic (także jako kapcie)	
piżamę	
bieliznę na zmianę	
podkoszulek bawełniany	
skarpetki bawełniane	
wodę do picia (1 duża butelka lub 2 małe)	
<u>niewielki</u> suchy prowiant	
herbata / kawa / cukier	
kubek i łyżeczka	
ładowarka do telefonu	
telefon	
książka	
pieniądze (banknoty i bilon)	