



Per la **scuola**, lo **sport**, il **tempo libero** ricorda di portare...



Un elenco di **“cose utili”** da ricordare per determinati
momenti della giornata o della vita!

Scarica, stampa e spunta l'elenco in base alle tue necessità.

GASTRO/DIGIUNO STOMIA

- raccordini
- siringhe grandi viola
- sacchetti per vomito

URO/CECO/ILEO/COLOSTOMIA

- sacchetti per materiale da smaltire
- cerotto elastico
- guanti monouso
- salviettine umide
- piccolo profumo*

CATETERISMI

- cateteri**
- salviettine intime
- disinfettante mani

CVC

- guanti sterili
- mascherine
- cuffie
- teli sterili
- tappi isolanti blu
- soluzione fisiologica

VARIE

- medicine
- fazzoletti
- occhiali da sole
- borraccia d'acqua
- mascherina

* portare con voi un profumo da borsa (ad esempio i campioncini che regalano in profumeria) è utile da utilizzare nei bagni fuori casa dopo aver svuotato il sacchetto della stomia.

** per una maggiore igiene fuori casa è preferibile utilizzare cateteri con sacca.

Questa checklist è a cura dell'Associazione **POIC e DINTORNI Onlus**, ed è stata redatta in base all'esperienza personale dei due fondatori.