Notfallblatt

Diese Seite brauchen Rettungsdienst, Klinik und Familie zuerst. Lege eine Kopie gut sichtbar ab, zum Beispiel am Kühlschrank. Eine weitere bekommt deine Vertrauensperson. Prüf die Angaben, sobald sich Medikamente oder Kontakte ändern.

Name, Vorname

Geburtsdatum

Anschrift

Telefon

Krankenkasse und Versichertennummer

Hausärztin oder Hausarzt, Telefon

Allergien und Unverträglichkeiten

Wichtige Erkrankungen

Medikationsplan liegt

Herzschrittmacher, Implantate, Prothesen

Blutverdünnende Medikamente

Organspendeausweis liegt

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung liegen

Bitte sofort benachrichtigen

Name	Beziehung	Telefon	Handy

Notizen

Wer im Notfall Bescheid wissen sollte

Wer soll außerdem informiert werden, wenn du ins Krankenhaus kommst oder nicht erreichbar bist? Denk auch an Menschen, die sich um Tiere, Pflanzen oder die Post kümmern.

Name	Beziehung oder Aufgabe	Telefon	Was soll diese Person tun?

Arbeit und Ehrenamt

Arbeitgeber oder Verein, Ansprechperson

Telefon oder E-Mail

Notizen

Die Kliniktasche

Wenn es schnell gehen muss, hilft eine vorbereitete Liste. Hake ab, was du eingepackt hast, und notiere, wo die Dinge liegen.

- [ ] Krankenversichertenkarte und Personalausweis
- [ ] Medikationsplan und die Medikamente der nächsten Tage
- [ ] Kopie von Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- [ ] Brille, Hörgeräte, Zahnprothese mit Behälter
- [ ] Ladekabel für das Handy
- [ ] Liste wichtiger Telefonnummern
- [ ] Bequeme Kleidung, Hausschuhe, Waschzeug
- [ ] Arztbriefe und aktuelle Befunde
- [ ] Etwas Bargeld

Die Unterlagen für die Kliniktasche liegen

Wer einen Ersatzschlüssel hat und die Tasche holen kann

Notizen

Das steckt im ganzen Notfallordner

Diese drei Seiten sind der Anfang. Der vollständige Notfallordner hat 44 Seiten in 16 Kapiteln, zum Ausdrucken und am PC ausfüllbar wie diese Leseprobe.

1 **Im Notfall**
Notfallblatt, Kontakte, Kliniktasche

2 **Meine Angaben und Dokumente**
Persönliche Daten, Familie, wo liegt was

3 **Gesundheit**
Ärzte, Medikamente, Pflegegrad

4 **Vorsorgedokumente**
Vollmacht, Patientenverfügung, Register

5 **Konten und Finanzen**
Konten, Depots, Daueraufträge, Schulden

6 **Versicherungen**
Alle Policen auf einen Blick

7 **Rente und Einkommen**
Gesetzliche Rente, Betriebsrente, Vorsorge

8 **Verträge und Abos**
Energie, Telefon, Mitgliedschaften, Fahrzeuge

9 **Wohnung und Haus**
Miete oder Eigentum, Schlüssel, Haustiere

10 **Digitales**
Geräte, E-Mail, Konten im Netz

11 **Wünsche für Pflege und Krankheit**
Was mir wichtig ist

12 **Wünsche für die Bestattung**
Bestattung, Trauerfeier, Benachrichtigung

13 **Testament und Nachlass**
Wo liegt was, Schenkungen

14 **Wichtige Kontakte**
Alle Nummern an einem Ort

15 **Für meine Angehörigen**
Erste Schritte, persönliche Worte

16 **Aktuell halten**
Einmal im Jahr durchsehen

Mehr dazu: rechtzeitig-geregelt.de/downloads/notfallordner/

Allgemeine Information, keine Rechtsberatung. Diese Seiten ersetzen weder Vorsorgevollmacht noch Patientenverfügung und prüfen nicht, ob deine Dokumente wirksam sind. Hinweise sorgfältig geprüft, Stand 07.11.2026. Gesetze und Beträge können sich ändern; maßgeblich ist die aktuelle Rechtslage.