

Sind Sie gut vorbereitet für den Notfall?

(mb) Schon im Juni letzten Jahres haben wir an dieser Stelle aus aktuellem Anlass auf eine Notfallliste aufmerksam gemacht, die inzwischen breite Anerkennung gefunden hat. Wir sehen das an den Downloads, die immer öfter erfolgen. Vielleicht geben Sie diese auch weiter.

Jeder Arztbesuch und ganz besonders jede Krankenhauseinweisung gibt **mir** Ruhe und Sicherheit, die man in solchen Momenten so notwendig braucht, den Ärzten mehr Zeit für **meine** Behandlung. Das bedarf wohl keiner weiteren Erklärung!

Diese Liste ist nun überarbeitet worden und steht zum Selbstauffüllen inzwischen in Word und OpenOffice zur Verfügung. Diese Liste wird empfohlen für JEDEN. Durch das praktische Ausfüllen am PC kann man sie leicht aktualisieren, was natürlich unbedingt erforderlich ist. Was nützen mir veraltete Daten?

Eine zweite Liste haben wir entwickelt für alleinlebende Personen.

Nun fragen Sie vielleicht, warum für Alleinlebende eine spezielle Liste? Das hat aber einen ebenso guten wie vollkommen plausiblen Grund.

Haben Sie schon einmal darüber nachgedacht – auch wenn Sie sich wohl fühlen und dazu noch jung sind, was mit Ihnen passiert, wenn Sie allein leben und plötzlich **nicht mehr** können, als nur noch so eben die 112 zu wählen und mit letzten Kräften die Tür zu öffnen?

Klar, ein Notfall kommt natürlich nicht für Sie infrage, der trifft immer nur den anderen!

Das Leben lehrt uns aber andere Dinge!

Wer gut vorbereitet ist, gibt **sich selbst** Sicherheit und sorgt nur für **sein eigenes** Leben.

Das hat nichts mit Ängstlichkeit zu tun, absolut nicht.

Somit habe ich für **alle**, besonders **Alleinlebende**, eine **Notfallliste für die Wohnung** entwickelt, die sichtbar angebracht wird.

Sie ist unübersehbar und wird sofort jedem in den Blick fallen, der nach einer Hilfeleistung mit Ihnen Ihre Wohnung wieder verlässt. Ob Rettungsdienst oder jeder andere.

Die Folie mit den wichtigsten Hinweisen (*wie auch in meiner med. Notfallliste*), die ich stets bei mir trage, (I oder II) ist zusätzlich durch das weit sichtbare große rote Kreuz ergänzt und muss nur entsprechend gefaltet werden.



Und so bin *ich* vorbereitet.

Alle Listen stehen auf der [Themenseite](#) zur Verfügung.

Margret Budde