Notfallmappe: Checkliste

Das gehört hinein. Hake ab, was erledigt ist, und schreibe rechts auf, wo es liegt. Notiere rechts, wo das Dokument liegt: in der Mappe oder an einem anderen sicheren Ort.

1. Ich und meine Angehörigen

- [ ] Kopie von Personalausweis oder Reisepass
- [ ] Kopie der Krankenversichertenkarte, Versichertennummer
- [ ] Familienunterlagen (zum Beispiel Heiratsurkunde, Geburtsurkunden der Kinder)
- [ ] Kontaktliste der wichtigsten Personen (Seite 2)

2. Vollmachten und Verfügungen

- [ ] Vorsorgevollmacht: Kopie in die Mappe, Fundort des Originals notieren
- [ ] Patientenverfügung (Original oder beglaubigte Kopie)
- [ ] Betreuungsverfügung
- [ ] Bestätigung einer Registrierung im Zentralen Vorsorgeregister, falls vorhanden

3. Gesundheit

- [ ] Medikamentenplan (aktuell, mit Datum)
- [ ] Allergien, Unverträglichkeiten, wichtige Vorerkrankungen
- [ ] Hausarzt und Fachärzte mit Telefonnummer

4. Geld und Verträge

- [ ] Liste der Konten und Depots (Bank, keine Passwörter, keine PIN)
- [ ] Liste der Versicherungen mit Vertragsnummer
- [ ] Laufende Verträge und Abos (Strom, Telefon, Mitgliedschaften)
- [ ] Rentenbescheid oder letzte Renteninformation
- [ ] Wohnung oder Haus (Mietvertrag oder Eigentumsnachweis)

5. Digitales

- [ ] Wo liegen die Zugangsdaten sicher (Passwortmanager, verschlossener Umschlag)? Nicht offen in die Mappe legen
- [ ] Liste der wichtigen Konten (E-Mail, Online-Banking, soziale Netzwerke)

6. Wünsche und Nachlass

- [ ] Testament oder Erbvertrag: Wo liegt das Original (zu Hause, amtliche Verwahrung, Notar)? Wer weiß davon?
- [ ] Wünsche zur Bestattung
- [ ] Wer soll im Ernstfall zuerst informiert werden?

Notfallmappe: Kontakte und Fundorte

Trage ein, wen deine Familie im Ernstfall anrufen soll und wo die wichtigsten Dinge liegen.

Wichtige Kontakte

Name	Beziehung / Rolle	Telefon	Hinweis

Wo liegt was?

Dokument oder Gegenstand	Ort (Raum, Schrank, Fach, Schließfach, Person)

So bleibt die Mappe aktuell

- Prüfe die Mappe mindestens einmal im Jahr und bei jeder größeren Änderung (neue Versicherung, Umzug, neues Konto, neue Medikamente).
- Sage mindestens einer vertrauten Person, dass es die Mappe gibt und wo sie liegt.
- Lege Passwörter und PIN nicht offen in die Mappe. Schreibe auf, wo und wie deine Vertrauensperson im Notfall an die Zugangsdaten kommt.
- Die bevollmächtigte Person muss die Vollmacht im Ernstfall vorzeigen können, meist im Original. Sprich das mit ihr ab.
- Stand dieser Mappe: ____ . ____ . _____ Nächste Prüfung: ____ . ____ . _____