

## **Liebe Hattingerin, lieber Hattinger,**

auch in Notfällen sollen Sie nicht alleine und auf sich angewiesen bleiben.

Ergänzen Sie diese Notfallkarte mit Ihren persönlichen Angaben wie

- Hausarzt/-ärztin
- Vorsorgeberechtigte/r, Betreuer/in
- nächste/r Verwandte/r
- hilfsbereite/r Nachbar/in
- Pflegedienst

### **sowie deren Telefon-Nummern**

Diese Notfallkarte sollte gut sichtbar aufgehängt werden, zum Beispiel

- Im Flur oder in der Küche
- neben dem Telefon
- in der Nähe des Bettes.

Schließlich: haben Sie auch Mut, Hilfe zu erbitten, wenn etwas schwer fällt. Seien es kleine Handreichungen oder auch das Bedürfnis nach einem Gespräch.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie lange und zufrieden in ihrem Zuhause wohnen können.

Kick-Arbeitskreis „Zukunft des Alters in Hattingen“

p.s.: Außerdem empfehlen wir Ihnen eine kleine persönliche, medizinische Notfallkarte, die Sie immer bei sich tragen (Geldbörse, Handtasche), mit Angaben über Ihre Einschränkungen und Ihre benötigten Medikamente. Sie erhalten den Vordruck beim DRK oder Ihrer Krankenkasse.