

**Guten Tag,**

die vorliegende Reisenotfallmappe habe ich für Sie gemeinsam mit Fachleuten zusammengestellt.

Sie ist gratis. Die Mappe kostet Sie lediglich etwa eine knappe Stunde Zeit, um sie sorgfältig auszufüllen.

*Bewahren Sie ein Exemplar Ihrer Reisenotfallmappe in Ihrem Koffer auf, eine Kopie geben Sie einer Person Ihres Vertrauens und die ausgefüllte Datei speichern Sie in Ihrem E-Mail-Konto oder in einer Cloud ab. So gehen Sie auf Nummer sicher, falls Sie auf Reisen nicht nur Ihre Papiere, sondern auch Ihr Gepäck verlieren.*

Im Notfall haben Sie alle wichtigen Informationen sofort griffbereit oder können sie kurzfristig abrufen (bei der Person Ihres Vertrauens oder von Ihrem E-Mail-Konto). Doppelt hält besser, aber dreifach am besten!

**Bitte bringen Sie die Angaben in Ihrer Reisenotfallmappe einmal pro Jahr auf den neuesten Stand.**

Weitere wichtige Praxis-Tipps für Notfälle (ob zu Hause oder auf Reisen) enthält mein Buch „Wenn Tränen trocknen“. Sie erfahren unter anderem ganz konkret, wie Sie Ihren persönlichen Notfallordner zusammenstellen. Außerdem erhalten Sie kostenlos Ihren Notfallausweis, in dem Sie die Kontaktdaten jener Person eintragen, die umgehend informiert werden sollte, falls Ihnen etwas zustößt.

**Wenn Sie Buch und Notfallmappe überzeugen, empfehlen Sie unsere Seite [www.wenn-traenen-trocknen.de](http://www.wenn-traenen-trocknen.de) bitte weiter. Ich bin sicher, man wird Ihnen dankbar sein.**

Ich wünsche Ihnen, dass Sie Ihren Notfallordner und Ihre Reisenotfallmappe niemals brauchen werden. Aber es ist ein beruhigendes Gefühl, auch für Notfälle optimal vorgesorgt zu haben.

Herzliche Grüße

Ihr

Hans Walter Schäfer

## **Schritt-für-Schritt-Anleitung zum Ausfüllen und Gebrauch der Reisenotfallmappe.**

1. Mustermappe ein Mal als Vorlage ausdrucken.
2. Leere Reisenotfallmappe auf den PC herunterladen und speichern.
3. Die Formulare mithilfe des Musters ausfüllen und speichern.
4. Die ausgefüllten Formulare ausdrucken und zusammen mit Ihren persönlichen Dokumenten (Kopie der Vollmacht, der Patientenverfügung und des Personalausweises oder Reisepasses usw.) in einen Schnellhefter abheften – und ab damit in den Koffer.
5. Ihre persönlichen Dokumente einscannen und speichern. Falls Sie keinen Scanner haben, einfach fotografieren.
6. Die ausgefüllte Reisenotfallmappe und Ihre eingescannten persönlichen Dokumente an Ihre eigene E-Mail-Adresse schicken. So haben Sie Zugriff auf Ihre Unterlagen, sobald Sie einen Internetzugang haben. Haben Sie eine Cloud, so können Sie sie auch dort ablegen.<sup>1</sup>
7. Diese beiden Unterlagen der Person Ihres Vertrauens per Email schicken oder persönlich geben.<sup>2</sup>
8. Zuletzt einen Notfallausweis in Ihre Geldbörse stecken, damit die Person Ihres Vertrauens auch im Notfall informiert wird (Notfallausweise erhalten Sie kostenlos unter [www.wenn-traenen-trocknen.de](http://www.wenn-traenen-trocknen.de)).

Jetzt haben Sie Ihre Unterlagen an drei Orten:

1. In Ihrem Koffer.
2. In Ihrem E-Mail-Konto oder einer Cloud.
3. Bei einer Person Ihres Vertrauens.

---

<sup>1</sup> Hinweis: Für die Sicherheit Ihrer Daten und Unterlagen in Ihrem E-Mail-Konto oder Ihrer Cloud kann keine Haftung übernommen werden. Bitte sorgen Sie für ausreichenden Schutz.

<sup>2</sup> s. 1.

# Reisenotfallmappe

Von

**Max Muster**

**Muster Straße 11**

**12345 Musterstadt**

**Tel.: 010 123 456**

## Inhaltsverzeichnis

1. **Personen meines Vertrauens, die zu unterrichten sind**
2. **Versicherungen (Krankenvers., Auslandskrankenvers., Reiseabbruchversicherung)**
3. **Bank- und Kreditkarten**
4. **Meine Medikamente**
5. **Unverträglichkeiten, Besonderheiten**
6. **Verfügungen (Vollmacht, Patientenverfügung, Organspendeausweis)**
7. **Unterlagen / Dokumente (Personalausweis, Reisepass...)**

## 1. Personen meines Vertrauens, die zu informieren sind!

Was ist zu tun?	<input type="checkbox"/> auf jeden Fall informieren <input type="checkbox"/> nur wenn Nr. ____ nicht erreichbar ist <input type="checkbox"/> nur im Bedarfsfall
Verhältnis oder Bezug zum Inhaber dieser Mappe	Zu Beispiel: <input type="checkbox"/> Freund/-in <input type="checkbox"/> Partner/-in <input type="checkbox"/> Ehefrau/-mann <input type="checkbox"/> Eltern <input type="checkbox"/> Kind <input type="checkbox"/> Rechtsanwalt <input type="checkbox"/> Notar <b>Ehefrau</b>
Name	<b>Petra Muster</b>
Anschrift	<b>Musterstr. 1, 12345 Musterstadt</b>
Telefon	<b>010 123 456</b>
Mobil	<b>0151 123 456</b>
E-Mail	<b>Petra@muster.de</b>
Bemerkungen	<i>Bei Was ist zu tun? Ankreuzen oder wenn Sie mit dem PC ausfüllen das löschen was Sie nicht brauchen. Auch bei Verhältnis, Ankreuzen oder hinschreiben</i>

Was ist zu tun?	<input type="checkbox"/> auf jeden Fall informieren <input type="checkbox"/> nur wenn Nr. ____ nicht erreichbar ist <input type="checkbox"/> nur im Bedarfsfall
Verhältnis	
Name	
Anschrift	
Telefon	
Mobil	
E-Mail	
Bemerkungen	

Was ist zu tun?	<input type="checkbox"/> auf jeden Fall informieren <input type="checkbox"/> nur wenn Nr. ____ nicht erreichbar ist <input type="checkbox"/> nur im Bedarfsfall
Verhältnis	
Name	
Anschrift	
Telefon	
Mobil	
E-Mail	
Bemerkungen	

## 2. Versicherungen

Was	Name, Anschrift, Vertragsnummer	Telefonnummer oder Notrufnummer
Krankenkasse oder Private Krankenvers.	<b>ABC Versicherungs AG, Abc Straße 2, 10000 Köln Versicherungsschein Nummer: 00000111</b>	<b>010 123456</b>
Auslands- krankenvers.	<b>XYZ Versicherungs AG, XYZ Straße 2, 10000 Köln Versicherungsschein Nummer: 11000011</b>	<b>020 123456</b>
Reiseabbruchvers.		

## 3. Bank- und Kreditkarten

Inhaber:			
Was	Kontonummer Kartennummer	Bank	Tel.-Nr. für Sperren
<b>Girokonto Max Muster</b>	<b>987654</b>	<b>ABC Bank Abc Straße 1, 10000 Berlin</b>	<b>0180 00 00 00 00</b>
<b>Visa Card Max Muster</b>	<b>123 456 789 000</b>	<b>ABC Bank Abc Straße 1, 10000 Berlin</b>	<b>0180 00 00 00 00</b>

#### 4. Meine einzunehmenden Medikamente

Was? Name des Mittels	Menge	Wie oft	Wofür	Bemerkung
<b>ABC</b>	<b>1 Tab.</b>	<b>3x Tägl.</b>	<b>Herz</b>	

#### 5. Unverträglichkeiten

z.B. Allergien, Unverträglichkeiten von Medikamenten oder Besonderheiten z.B. Bluter
<b>Allergien: Haselnuss, Birke</b>
<b>Vertrage folgende Medikamente nicht: xxxx</b>

## 6. Verfügungen

Was	Kopie in Mappe	Original in Mappe	Bemerkung, wo ist das Original zu finden
Vorsorgevollmacht	<b>Ja</b>		<b>Zu Hause im Notfallordner</b>
Betreuungsverfügung			<b>Gibt es keine</b>
Patientenverfügung	<b>Ja</b>		<b>Beim Hausarzt</b>
Organspendeausweis	<b>Nein</b>		<b>Spende keine Organe</b>

## 7. Unterlagen/Dokumente

Was	Kopie in der Mappe	Bemerkungen
Personalausweis	<b>Ja</b>	
Reisepass	<b>Nein</b>	<b>Habe ich keinen</b>
Führerschein	<b>Ja</b>	
Impfpass	<b>Ja</b>	
Reisebuchung	<b>Ja</b>	<b>Ist auch bei meinen Mails</b>