



Pflege: Bescheid wissen und vorbereitet sein

Familie einbeziehen ★

private Unterlagen ordnen

Verträge

Finanzen

Versicherungen

Internet

Passwörter

darüber reden / Ernstfall gemeinsam planen

Ehepartner

Kinder und Enkelkinder einbeziehen

sonstige Vertrauenspersonen

Haus und Wohnung

umbauen

umziehen, wenn es noch geht

hauswirtschaftliche Hilfen

Offenheit, keine Tabus

Vorsorge und Betreuungsvollmacht

notarielle Beglaubigung

Vertrauensperson (möglichst nur eine) auswählen

Patientenverfügung

Testament

Verfügung für den Todesfall

Vorzugs-Pflegeheim, -Pflegedienste aussuchen

Verfügungen und Vollmachten ★

den eigenen Gesundheitsstand kennen

etwas tun für die eigene Gesundheit

Krankheiten akzeptieren und darauf einstellen

Hilfe in Anspruch nehmen, um Selbstständigkeit zu erhalten

Pflegebedarf erkennen

Informationen einholen

Broschüren, Links zu Pflegeportalen

Soziale Medien

unabhängige Beratungsmöglichkeiten

Ansprechpartner für den Notfall

Palliativ/Hospizdienste

Pflegeheime in der Nähe

Pflegedienste

Betreuungsmöglichkeiten

im Alltag

Nachbarschaftshilfe