

# Inhalt

1	Ein gutes Leben	Seite 9
1.1	Meine Geschichte	11
1.2	Meine Stärken – das kann ich gut	12
1.3	Älter werden, Wünsche und Beziehungen	13
a)	Älter werden	13
b)	Wünsche für die Zukunft	14
c)	Beziehungen	15
1.4	Zukunft planen	17
a)	Entscheidungen	17
b)	Freizeit	19
c)	Wohnen	21
d)	Arbeit	22
e)	Pensionierung	24
1.5	Rechte und Pflichten	25
1.6	Was mir wichtig ist, damit es mir gut geht	26
1.7	Mein Plan	27
2	Planen bis zum Lebensende	Seite 28
2.1	Medizinische Entscheidungen	28
a)	Wenn meine Nieren nicht mehr arbeiten	
b)	Wenn ich nicht mehr genug esse und trinke	
c)	Wenn mein Herz stehen bleibt	
d)	Wenn ich nicht mehr atme	
e)	Wenn ich nicht mehr genug trinke	
f)	Wenn ich zu wenig Blut habe	
g)	Wenn meine Organe nicht mehr arbeiten	
h)	Wenn ich Schmerzen habe	
i)	Übersicht, was getan werden soll	
2.2	Sterben, Beerdigung und Testament	33
a)	Meine Beerdigung	33
b)	Wer nach meinem Tod von mir etwas bekommen soll	33
3	Abschluss	Seite 34
4	Literaturverzeichnis, Reproduktions- und Bildnachweis	Seite 35