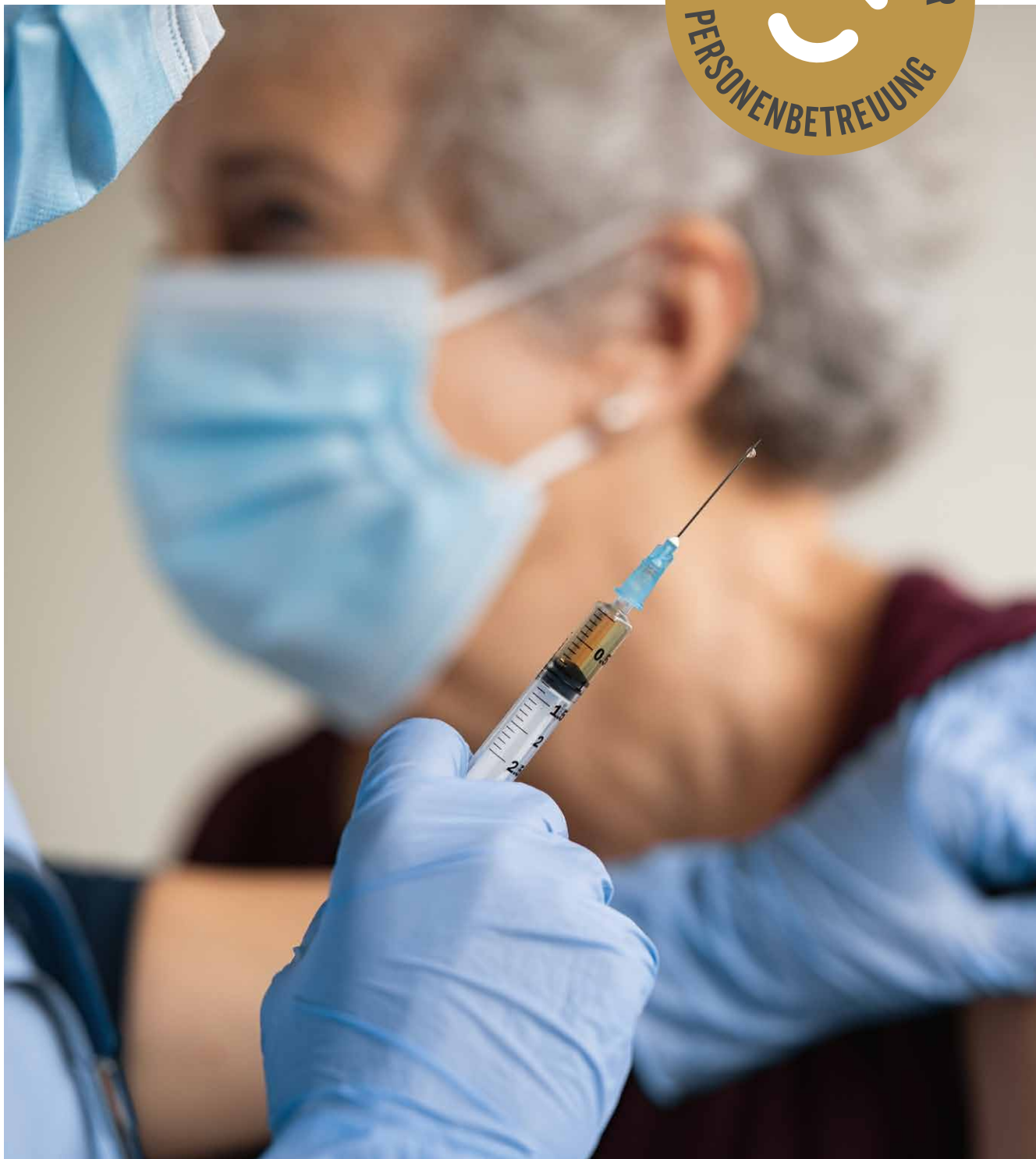


DAHEIM BETREUT



COVID-19: mit Impfung sich selbst und andere schützen. Alle Infos zur Schutzimpfung! / **COVID-19:** protejați-vă pe dvs. și pe ceilalți cu un vaccin. Toate informațiile despre vaccinare!

COVID-19: Chrňte seba aj iných očkovaním. Všetky informácie o očkovaní! / **COVID-19:** oltással védje meg magát és másokat. Minden információ az oltásról!

*Zuhause ist's
am schönsten.*
www.daheimbetreut.at

Fachgruppenobfrauen / Fachgruppenobmänner

Președinte grupuri profesionale / Președintii grupuri profesionale
Vedúce/vedúci odborných sekcií
A szakértő csoportok elnökei



Burgenland
Fachgruppenobmann
Ing. Mag. Harald Zumpf



Kärnten
Fachgruppenobfrau
Irene Mitterbacher



Niederösterreich
Fachgruppenobmann
Robert Pozdena



Oberösterreich
Fachgruppenobfrau
Mag. Dr. Viktoria Tischler



Salzburg
Fachgruppenobmann
DI Günter Schwiefert



Steiermark
Fachgruppenobmann
Andreas Herz, MSc



Tirol
Fachgruppenobmann
Bernhard Moritz, MSc



Vorarlberg
Fachgruppenobfrau
KommR Susanne Rauch-Zehetner



Wien
Fachgruppenobmann
Mag. Harald Janisch

Impfung gibt Zuversicht



Es war eine extrem schwierige Zeit, die wir alle durchmachen mussten: Betreuende wie Betreute. Seit über einem Jahr halten uns das Corona-Virus und die COVID-19-Pandemie in Atem. Die vielen Tausend in Österreich tätigen selbstständigen Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer haben in dieser extrem angespannten und schwierigen Situation ihr hohes Arbeitsethos, ihre Verlässlichkeit und ihre enorme Bedeutung für das System der Pflege und Betreuung in Österreich eindrucksvoll unter Beweis gestellt. Dafür gilt ihnen der Dank Tausender Betreuer und ihrer Angehörigen.

Noch ist die Pandemie nicht besiegt, noch ist die Gefahr für Gesundheit und Leben nicht gebannt. Es gilt weiterhin alle Vorsichtsmaßnahmen und Regeln penibel zu befolgen. Denn Virusmutationen, die noch ansteckender sind, greifen um sich. Aber es gibt Anlass zur Zuversicht: Mehrere Impfstoffe wurden bereits zugelassen, Impfkampagnen sind im Gang. Informieren Sie sich auf den folgenden Seiten über die kostenlose Corona-Schutzimpfung in Österreich. Diese Impfung ist der wichtigste Beitrag zu einer Rückkehr zu einem normalen Leben. Schützen Sie sich und andere!



VACCINAREA ÎNSEAMĂ ÎNCREDERE

A fost un moment extrem de dificil prin care a trebuit să trecem cu toții: asistenți de îngrijire personală, cât și persoane îngrijite. Coronavirusul și pandemia COVID-19 ne țin în suspans de peste un an. În această situație extrem de tensionată și dificilă, numeroasele mii de asistenți de îngrijire personală independenți care lucrează în Austria și-au demonstrat impresionant înalta etică profesională, seriozitatea și importanța enormă pentru sistemul de îngrijire din Austria. Mii de

persoane îngrijite și familiile acestora ar dori să le mulțumească pentru acest lucru.

Pandemia nu a fost încă învinsă, iar amenințarea pentru sănătate și viață este încă prezentă. Toate măsurile de precauție și reglementările trebuie respectate în continuare în mod meticolos. Deoarece mutațiile virale, care sunt și mai contagioase, se răspândesc. Există însă motive pentru a fi încrezători: mai multe vaccinuri au fost deja aprobate și campaniile de vaccinare sunt în desfășurare. Aflați mai multe despre vaccinarea gratuită în Austria împotriva coronavirusului, în paginile următoare. Această vaccinare este cea mai importantă contribuție la revenirea la viața normală. Protejați-vă pe dvs. și pe ceilalți!



OČKOVANIE DÁVA NÁDEJ

Bolo to nesmierne ťažké obdobie, ktorým sme si všetci museli prejsť: opatrované osoby aj opatrovatelia. Koronavírus a pandémia COVID-19 nás držia v šachu už viac ako rok. V tejto mimoriadne napätej a zložitej situácii tisíce nezávislých opatrovateľov a opatrovateliek pracujúcich v Rakúsku pôsobivo preukázalo svoju vysokú pracovnú morálku, spoľahlivosť a obrovský význam pre systém osobnej starostlivosti v Rakúsku. Za to im ďakujú tisíce opatrovaných osôb a ich rodinní príslušníci.

Nad pandémiei sme ešte nevíťazili a nebezpečenstvo pre zdravie a život ešte nie je zažehnané. Všetky preventívne opatrenia a pravidlá sa musia naďalej dôsledne dodržiavať. Pretože sa šíria vírusové mutácie, ktoré sú ešte nákazlivejšie. Existuje však dôvod na nádej: Už bolo schválených niekoľko vakcín, prebiehajú očkovacie kampane. Viac informácií o bezplatnom

očkovaní proti koronavírusu v Rakúsku sa dozviete na nasledujúcich stránkach. Toto očkovanie je najdôležitejším príspevkom pre návrat do normálneho života. Chráňte seba a ostatných!



AZ OLTÁS BIZAKODÁSRA AD OKOT

Rendkívül nehéz időszak volt, amelyet mindannyiunknak át kellett élnünk: gondozóknak és gondozottaknak egyaránt. A koronavírus és a COVID-19 járvány több mint egy éve tart bennünket feszültség alatt. Ebben a rendkívül feszült és nehéz helyzetben az Ausztriában dolgozó sok ezer független gondozó lenyűgözően bizonyította magas munkamorálját, megbízhatóságát és óriási jelentőségét az ausztriai ellátórendszer számára. Gondozottak ezrei és családjaik szeretnének köszönetet mondani nekik ezért.

A járványt még nem sikerült legyőzni, az egészséget és az életet fenyegető veszélyt még nem sikerült elhárítani. Minden óvatosságot és szabályt továbbra is szigorúan be kell tartani. Mivel még fertőzőbb vírusmutációk terjednek. De van okunk bizakodni: több oltást már jóváhagytak, és oltási kampányok folynak. A következő oldalakon tudhat meg többet az ausztriai koronavírus elleni ingyenes védőoltásról. Ez az oltás a legfontosabb hozzájárulás a normális élethez való visszatéréshez. Védje magát és másokat!

Ihr Harald G. Janisch
Fachgruppenobmann
Președintele grupului profesional
Predseda odbornej skupiny
szaksoport elnök

Förderungen erhöhen, Qualität steigern, Konflikte lösen – die Wiener Fachgruppe Personenbetreuung geht in die Offensive

Die Spitzenfunktionäre der Berufsgruppe Personenbetreuung und Organisation von Personenbetreuung in der Wirtschaftskammer Wien formulieren ihre Vorstellungen für die Betreuung der ihnen anvertrauten Klienten für die nächsten Jahre.



Marcela Strahodinsky



Obmann Harald Janisch, Bibiana Kudziowa, Dr. Mario Tasotti



Zuzana Tanzer



Für die neue Sprecherin der Vermittlungsagenturen, **Marcela Strahodinsky**, ist es eines ihrer vorrangigen Ziele die Qualität in der 24-Stunden-Betreuung weiter zu fördern. Darüber hinaus ist für sie die Erhöhung der staatlichen Förderung wichtig. Nur dann wird es möglich sein, die Betreuung der Klienten in deren eigenen vier Wänden auf Dauer aufrechtzuerhalten.

In Österreichs gibt es nun den ersten allgemein beideten und gerichtlich zertifizierten Sachverständigen für Vermittlungsagenturen. Der Jurist **Dr. Mario Tasotti** erstellt Privat- und Gerichtsgutachten zu strittigen Sachverhalten im Zusammenhang mit Leistungen von Vermittlungsagenturen. Besonders wertvoll ist dabei, dass Dr. Tasotti hier sowohl seine langjährige Praxis in der Organisation von Personenbetreuung als auch seine Erfahrung als Branchenvertreter in der Wiener Wirtschaftskammer einfließen lassen kann.

Die Sprecherin der Personenbetreuerinnen, **Bibiana Kudziowa**, formuliert ihre drei Ziele für die nächste Zeit klar: 1. Anerkennung in der Gesellschaft, 2. Weiterbildung und 3. eine höhere Förderung der 24-Stunden-Betreuung, damit Betreuerinnen faire Honorare bezahlt bekommen. Die momentane staatliche Förderung muss verdreifacht, auf 1650 Euro angehoben werden! Das ist nicht mehr, als für einen Heimplatz z.B. in Niederösterreich ausgegeben wird.

Als Mitglied des Fachbeirates für Personenbetreuung bei der Verbraucherschlichtung Austria freut sich **Zuzana Tanzer**, DGKP, dass sie jene unterstützen darf, „die unsere Hilfe brauchen“. Ihr geht es dabei darum, dass alle in der Personenbetreuung involvierten Parteien – das sind die betreuten Personen, BetreuerInnen und Agenturen – gut miteinander auskommen, die gesetzlichen Bestimmungen einhalten und auch Fairness und Respekt miteinander leben.



CREȘTEREA SUBVENȚIILOR, ÎMBUNĂȚĂȚIREA CALITĂȚII, REZOLVAREA CONFLICTELOR – ASOCIAȚIA PROFESIONALĂ DIN VIENA PENTRU ÎNGRIJIREA PERSONALĂ INTRĂ ÎN OFENSIVĂ

Funcționarii de vârf ai Asociației Profesionale pentru Îngrijirea Personală și ai Organizației pentru Îngrijirea Personală din Camera de Comerț din Viena își formulează sugestiile pentru îngrijirea clienților ce le-au fost încredințați pe următorii câțiva ani.

Pentru noua purtătoare de cuvânt a agențiilor de recrutare, **Marcela Strahodinsky**, unul dintre obiectivele lor principale este de a promova în continuare calitatea îngrijirii permanente. În plus, pentru toată lumea este importantă creșterea finanțării de la guvern. Abia atunci va fi posibilă menținerea

îngrijirii clienților la ei acasă pe termen lung.

În Austria există acum primul expert evaluator autorizat și certificat juridic pentru agențiile de recrutare. Juristul **Dr. Mario Tasotti** pregătește rapoarte private și judecătorești cu privire la aspecte controversate legate de serviciile agențiilor de recrutare. Este un lucru deosebit de valoros faptul că Dr. Tasotti își poate folosi vasta experiență în organizarea îngrijirii personale, precum și ca reprezentant al acestui domeniu la Camera de Comerț din Viena.

Purtătorul de cuvânt al asistenților de îngrijire personală, **Bibiana Kudziowa**, își formulează în mod clar cele trei obiective pentru viitorul apropiat: 1. Recunoașterea în societate, 2. Formare continuă și 3. Un nivel mai ridicat de subvenționare pentru îngrijirea permanentă, astfel încât asistenții de îngrijire personală să poată primi onorarii echitabile. Actuala finanțare de stat trebuie triplată la 1650 de euro! Aceasta reprezintă o sumă similară costurilor unui loc la un cămin pentru vârstnici, de exemplu în Austria de Jos.

Ca membru al consiliului consultativ pentru îngrijirea personală la arbitrajul pentru consumatori din Austria, **Zuzana Tanzer**, DGKP, se bucură că îi poate sprijini pe cei „care au nevoie de ajutorul nostru”. Este vorba despre asigurarea faptului că toate părțile implicate în îngrijirea personală - adică persoanele îngrijite, asistenții de îngrijire personală și agențiile - lucrează bine împreună, respectă prevederile legale și, de asemenea, își oferă echitatea și respectul reciproc.



ZVÝŠOVANIE PODPORY, ZLEPŠENIE KVALITY, RIEŠENIE KONFLIKTOV – VIEDENSKÁ ODBORNÁ SKUPINA PRE OSOBNÚ STAROSTLIVOSŤ IDE DO OFENZÍVY

Najvyšší funkcionári profesijnej skupiny pre osobnú starostlivosť a organizáciu osobnej starostlivosti v Hospodárskej komore Viedeň načrtli svoje predstavy o starostlivosti o

klientov, ktorí sú im zverení, pre ďalšie roky.

Pre novú hovorkyňu sprostredkovateľských agentúr, **Marcelu Strahodinsky**, je jedným z ich primárnych cieľov ďalšia podpora kvality 24-hodinovej starostlivosti. Okrem toho je pre nich dôležité zvýšiť štátnu finančnú podporu. Až potom bude možné dlhodobo udržať starostlivosť o klientov v ich vlastných domovoch.

V Rakúsku je v súčasnosti prvý úradný a súdne certifikovaný znalec pre sprostredkovateľské agentúry. Právnik **Dr. Mario Tasotti** vyhotovuje znalecké posudky k sporným otázkam v súvislosti so službami sprostredkovateľských agentúr pre súkromné osoby aj súdy. Je obzvlášť cenné, že Dr. Tasotti môže využiť svoju dlhoročnú prax s organizáciou osobnej starostlivosti ako aj svoje skúsenosti ako zástupca odvetvia Hospodárskej komore vo Viedni.

Hovorkyňa opatrovateľov a opatrovateľiek, **Bibiana Kudziowa**, jasne formuluje svoje tri ciele pre najbližšie obdobie: 1. uznanie v spoločnosti, 2. ďalšie vzdelávanie a 3. vyššiu úroveň finančnej podpory pre 24-hodinovú starostlivosť, aby opatrovatelia a opatrovatelky dostávali férové honoráre. Súčasná štátna podpora sa musí strojnásobiť a teda zvýšiť na 1 650 eur! Nie je to viac, než predstavujú výdavky na jedno miesto v domov napr. v Dolnom Rakúsku.

Ako členka poradného výboru pre osobnú starostlivosť pri Spotrebiteľskom rozhodcovskom súde v Rakúsku sa diplomovaná zdravotná sestra **Zuzana Tanzer** teší, že môže podporovať tých, „ktorí potrebujú našu pomoc“. Ide pritom o to, aby všetky strany zainteresované do osobnej starostlivosti – to znamená opatrované osoby, opatrovatelia a opatrovatelky aj agentúry – navzájom spolu dobre vychádzali, dodržiavali zákonné ustanovenia a tiež, aby boli k sebe korektní a rešpektovali sa.



TÁMOGATÁSNÖVELÉS, MINŐSÉGVÁLTÁS, KONFLIKTUSOK MEGOLDÁSA – A BÉCSI SZEMÉLYGONDOZÁSI SZAK-

CSOPORT TÁMADÁSBA LENDÜL

A Bécsi Kereskedelmi Kamarában a személygondozás és a személygondozás szervezése szakmai csoport legfőbb funkcionáriusai fogalmazzák meg elképzeléseiket a rájuk bízott ügyfelek gondozására a következő években.

A toborzó ügynökségek új szövegíróje, **Marcela Strahodinsky** számára egyik elsődleges céljuk a 24 órás ellátás minőségének további javítása. Emellett fontos számukra az állami finanszírozás növelése. Csak ezután lehet hosszú távon fenntartani az ügyfelek gondozását a saját négy faluk között.

Ausztriában megjelentek az első általánosan hiteles és bírósági képesítéssel rendelkező szakértők a toborzási ügynökségeknél. **Dr. Mario Tasotti** ügyvéd magán – és bírósági jelentéseket készít a munkaerő-felvételi ügynökségek szolgáltatásaival kapcsolatos vitás kérdésekről. Különösen értékes, hogy dr. Tasotti felhasználhatja a személygondozás szervezésében szerzett sokéves tapasztalatát, valamint az ipari képviselőként szerzett tapasztalatait a Bécsi Kereskedelmi Kamarában.

A gondozók szövegíróje, **Bibiana Kudziowa**, világosan megfogalmazza a közeljövő három célját: 1. Társadalmi elismerés, 2. Továbbképzés és 3. a 24 órás ellátás magasabb szintű támogatása annak érdekében, hogy a gondozók tisztességes díjazásban részesüljenek. A jelenlegi állami támogatást meg kell háromszorozni, 1650 euróra! Ez nem több, mint amennyit idősök otthonára költenek, például Alsó-Ausztriában.

Az osztrák fogyasztói választott bíróság személygondozási tanácsadó testületének tagjaként **Zuzana Tanzer**, DGKP örül, hogy támogathatja azokat, "akiknek szükségük van a segítségünkre". Arról van szó, hogy biztosítsuk, hogy a személygondozásban részt vevő valamennyi fél – vagyis a gondozott személyek, a gondozók és az ügynökségek – jól jöjjenek ki egymással, betartsák a törvényi rendelkezéseket, valamint tisztességesen és tiszteletben éljenek együtt.



PersonenbetreuerInnen-Akademie geht online

Angesichts der dramatischen Krise, die unsere Geschäftstätigkeit massiv beeinträchtigt, wechseln die Präsenzkurse der PersonenbetreuerInnen-Akademie in den digitalen Modus.

In den Jahren vor Corona konnten Hunderte PersonenbetreuerInnen in sechs wichtigen Themenfeldern an jeweils drei Standorten – in der Slowakei, Ungarn und Rumänien – ausgebildet werden. Die Themenfelder sind: Umgang mit Demenz, Konfliktmanagement, Kinästhetik, Ernährung im Alter, Umgang mit Tod und Sprach- und Unternehmerkompetenz.

Zukünftig finden über die Homepage www.personenbetreuerinnenakademie.at alle Fort- und Weiterbildungen statt, um die Fachkompetenzen der PersonenbetreuerInnen zu optimieren.

Ausgewählte ExpertInnen – zwischen ärztlichen Kompetenzen, Pflegeberufen, SportwissenschaftlerInnen, ErnährungswissenschaftlerInnen und LebensberaterInnen – schulen in den angesprochenen sechs Themenfeldern die PersonenbetreuerInnen je nach deren Zeitgestaltung.

Ziel ist es mit einem eigenen Zertifikat die Kompetenzen für den Endkunden sichtbar zu machen. Eine PersonenbetreuerInnen-Akademie kann auch als Anregung verstanden werden, zukünftige Fördergelder an diese Qualitätsmaßnahme zu binden.

Die Erfahrungen im vergangenen Krisenjahr haben uns zu einem weiteren zukunftsweisenden Schritt geführt: der Entwicklung eines speziellen LSB-Ausbildungsmoduls für Lebens- und SozialberaterInnen, um die Kompetenzen der Personenbetreuung zu erwerben. Damit besteht die Möglichkeit in weiteren Business-Szenarien als mobile LebensberaterInnen (PersonenbetreuerInnen) tätig zu werden. Auch diese Ausbildung findet unter dem Dach der PersonenbetreuerInnen-Akademie statt.

Mag. Harald G. Janisch



COLEGIUL ASISTENȚILOR DE ÎNGRIJIRE PERSONALĂ ESTE ONLINE

Având în vedere criza dramatică, cu un impact masiv asupra activităților noastre comerciale, cursurile față în față ale colegiului asistenților de îngrijire personală trec la formatul digital.

În anii anteriori pandemiei, sute de asistenți de îngrijire personală au putut fi instruiți în șase subiecte importante, în trei locații – în Slovacia, Ungaria și România. Subiectele sunt: gestionarea demenței, gestionarea conflictelor, kinestezia, nutriția la persoanele vârstnice, gestionarea apropierii de finalul vieții, competențe lingvistice și abilități antreprenoriale.

Pe viitor toate cursurile de instruire și formare continuă vor avea loc pe pagina principală www.habenbetreuerinnenakademie.at pentru a optimiza competențele de specialitate ale asistenților de îngrijire personală. Expertii selectați – dintre specialiști cu competențe medicale, din domeniul asistenței medicale, al științelor sportive, nutriționiști și consilieri pentru life coaching – pregătesc asistenții de îngrijire personală în cele șase domenii tematice, în funcție de disponibilitatea acestora de timp.

Scopul este de a demonstra competențe specializate în fața clientului final, cu un certificat propriu. Un colegiu al asistenților de îngrijire personală poate fi, de asemenea, înțeles ca o sugestie de a lega viitoarea subvenționare de această măsură a calității.

Experiențele din ultimul an de criză ne-au dus la un alt pas orientat spre viitor: dezvoltarea unui modul special de formare LSB pentru consilierii de viață și sociali, pentru a dobândi abilități de îngrijire personală. Acest lucru oferă posibilitatea de a lucra în calitate de consilieri de viață mobili (ca asistenți de îngrijire personală) în diverse alte scenarii lucrative. Și acest tip de formare are loc sub umbrela colegiului asistenților de îngrijire personală.

Mag. Harald G. Janisch



AKADÉMIA PRE OPATROVATEĽOV A OPATROVATEĽKY BEŽÍ ONLINE

Vzhľadom na dramatickú krízu, ktorá mimoriadne obmedzuje našu obchodnú činnosť, prechádzajú prezenné kurzy akadémie pre opatrovateľov a opatrovateľky do digitálneho režimu.

V rokoch pred koronakrízou sa stovky opatrovateľov a opatrovateľiek vzdelávalo v šiestich dôležitých tematických oblastiach v troch lokalitách – na Slovensku, v Maďarsku a Rumunsku. Tieto tematické oblasti sú: zvládanie demencie, zvládanie konfliktov, kinestetika, výživa v starobe, správanie pri úmrtí klienta a jazykové a podnikateľské zručnosti.

V budúcnosti sa všetky ďalšie školenia a rozširujúce vzdelávanie budú konať prostredníctvom domovskej stránky www.personenbetreuerinnenakademie.at s cieľom optimalizovať odborné kompetencie opatrovateľov a opatrovateľiek. Vybraní odborníci – spomedzi lekárov, ošetrovateľov, odborníkov na šport a výživu a poradcov v oblasti životného štýlu – vzdelávajú opatrovateľov a opatrovateľky v šiestich tematických oblastiach podľa ich časového harmonogramu.

Cieľom je možnosť preukázania kompetencií koncovému klientovi prostredníctvom vlastného certifikátu. Akadémii pre opatrovateľov a opatrovateľky je možné chápať aj ako podnet k tomu, aby sa budúca finančná podpora naviazala aj na tieto kvalitatívne opatrenia.

Skúsenosti z predchádzajúceho krízového roka nás priviedli k ďalšiemu kroku do budúcnosti: vývoj špeciálneho vzdelávacieho modulu LSB pre životných a sociálnych poradcov s cieľom získať zručnosti v oblasti osobnej starostlivosti. To prináša príležitosť pôsobiť v rámci ďalších obchodných scenárov v oblasti mobilného poradenstva (ako mobilní(-é) opatrovateľia(-ky)). Aj toto vzdelávanie sa koná pod záštitou akadémie pre opatrovateľov a opatrovateľky.

Mag. Harald G. Janisch



A SZEMÉLYI GONDOZÓI AKADEMIA ONLINE MÓDRA VÁLT

Tekintettel a drámai válságra, amely hatalmas hatással van üzleti tevékenységeinkre, a gondozói akadémián a személyes képzések digitális módra váltanak.

A koronavírus előtti években gondozók százait tudták kiképezni hat fontos tárgykörben, három-három helyszínen – Szlovákiában, Magyarországon és Romániában. A témák a következők: demencia kezelése, konfliktuskezelés, kinesztetika, táplálkozás időskorban, a halál kezelése, nyelvi és vállalkozói készségekkel.

A jövőben a honlapon www.habenbetreuerinnenakademie.at keresztül zajlik minden képzés és továbbképzés a gondozók szakismereteinek optimalizálása érdekében. Kiválasztott szakértők – az orvosi ismeretek, az ápolói szakmák, a sporttudósok, a táplálkozási szakemberek és az életmód tanácsadók között – hat tematikus területen képzik ki a gondozókat, ütemtervüktől függően.

A cél az, hogy a kompetenciákat külön tanúsítvánnyal tegyék láthatóvá a végfelhasználó számára. A személyi gondozói akadémiát felfoghatjuk egy javaslatként, amely szerint a jövőbeni finanszírozást ehhez a minőségi intézkedéshez kell kötni.

A válság tavalyi évében szerzett tapasztalatok újabb jövőorientált lépéshez vezettek minket: egy speciális LSB képzési modul kidolgozásához az élet- és szociális tanácsadók számára a személygondozás képességeinek elsajátítása érdekében. Ez lehetőséget ad arra, hogy mobil életmód tanácsadóként (személygondozóként) dolgozzon más üzleti forgatókönyvekben. Ez a képzés is a gondozó akadémia égisze alatt zajlik.

Mag. Harald G. Janisch

Online-Infos zu Corona & Co

Fast täglich neue Entwicklungen, Informationen, Regeln, Vorschriften:
Die Corona-Krise stellt uns vor enorme Herausforderungen – rasche
und kompetente Information ist gefragt.



1. Homepage www.daheimbetreut.at

Auf der Homepage des Fachverbandes „Personenberatung und Personenbetreuung“ bekommen Sie jeweils aktuell die wichtigsten Informationen zu Covid-19 und zur aktuellen Situation, speziell zugeschnitten auf die Bedürfnisse und die Situation von Personenbetreuungs Kräften in der 24-Stunden-Betreuung – und das in 12 Sprachen.

Abseits von Corona und seinen Folgen finden Sie auf www.daheimbetreut.at auch weitere wichtige Informationen, Downloads von Musterverträgen und Formularen sowie eines Notfallplans und eine Liste aller in Österreich gewerbeberechtigten Agenturen.

2. Informationen zur **Corona-Impfung** und die **Links zur Anmeldung** in den Bundesländern finden Sie auf der Homepage der Initiative „Österreich impft“: www.osterreich-impft.at

3. Einen Überblick über alle wichtigen Informationen und Maßnahmen zum Corona-Virus und zur Corona-Pandemie bietet die Homepage von Gesundheit.gv.at, dem öffentlichen Gesundheitsportal Österreichs: www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus

4. Wichtige Informationen in 17 Sprachen zu Corona mit weiterführenden Links und Hotline erhalten Sie auf: www.integrationsfonds.at/coronainfo

5. Online-Ratgeber <https://ratgeber.wko.at/personenbetreuung/>
Ebenfalls in 12 Sprachen gibt der WKO-

Online-Ratgeber Auskunft zu Gründung, Standort- und Wechsel der Betriebsstätte, Sozialversicherung sowie zahlreichen weiteren Fragen.

6. Wichtige Informationen und Links finden Sie auch auf der Homepage des Fachverbands „Personenberatung und Personenbetreuung“:
<https://www.wko.at/branchen/gewerbe-handwerk/personenberatung-betreuung/selbstaendige-personenbetreuer.html>



INFORMAȚII ONLINE DESPRE CORONAVIRUS ȘI PROBLEME ASOCIATE

Noi evoluții, informații, reguli și reglementări aproape în fiecare zi: criza declanșată de coronavirus reprezintă provocări enorme pentru noi și sunt necesare informații rapide și competente.

1. Pagina principală www.daheimbetreut.at

Pe pagina principală a asociației profesionale „Consiliere și îngrijire personală” puteți găsi cele mai importante informații despre Covid-19 și situația actuală, adaptate special nevoilor și situației personalului de îngrijire personală în îngrijirea permanentă – în 12 limbi.

În afară de coronavirus și consecințele sale, veți găsi de asemenea informații suplimentare, modele de contracte și formulare ce pot fi descărcate, precum

și un plan de urgență și o listă a tuturor agențiilor cu autorizație de funcționare în Austria, pe www.daheimbetreut.at

2. Informații despre **vaccinarea împotriva coronavirusului și linkuri de înregistrare** în statele federale puteți găsi pe pagina principală a inițiativei „Austria se vaccinează”: www.osterreich-impft.at

3. Pagina principală a [Gesundheit.gv.at](http://www.gesundheit.gv.at), portalul de sănătate publică din Austria, oferă o prezentare generală a tuturor informațiilor și măsurilor importante referitoare la coronavirus și la pandemie: www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus

4. Puteți găsi informații importante în 17 limbi despre coronavirus, cu linkuri suplimentare și o linie telefonică la: www.integrationsfonds.at/coronainfo

5. Ghid online <https://ratgeber.wko.at/personenbetreuung/>
Ghidul online al Camerei de Comerț din Austria oferă de asemenea informații despre înființarea unei companii, schimbarea locației și a sediilor comerciale, asigurările sociale și numeroase alte întrebări, în 12 limbi.

6. De asemenea, veți găsi informații și linkuri importante pe pagina principală a asociației profesionale „Consiliere și îngrijire personală”: <https://www.wko.at/branchen/gewerbe-handwerk/personenberatung-betreuung/selbstaendige-personenbetreuer.html>



ONLINE INFORMÁCIE O KORONAVÍRUSE

Takmer denne nový vývoj, informácie, pravidlá, predpisy: Koronakríza nás stavia pred obrovské výzvy – vyžadujú sa rýchle a kompetentné informácie.

1. Domovská stránka www.daheimbetreut.at

Na domovskej stránke odborného združenia pre „osobné poradenstvo a osobnú starostlivosť“ nájdete najdôležitejšie informácie o ochorení Covid-19 a aktuálnej situácii, špeciálne prispôbené potrebám a situácii personálu osobnej starostlivosti v 12 jazykoch.

Odhliadnuc od koronakrízy a jej dôsledkov nájdete na stránke www.daheimbetreut.at aj ďalšie dôležité informácie, vzorové zmluvy a formuláre na stiahnutie, ako aj núdzový plán a zoznam všetkých agentúr oprávnených vykonávať činnosť v Rakúsku.

2. Informácie o **očkovaní proti koronavírusu a odkazy na prihlásenie** v spolkových krajinách nájdete na domovskej stránke iniciatívy „Rakúsko očkuje“: www.osterreich-impft.at

3. Prehľad všetkých dôležitých informácií a opatrení týkajúcich sa koronavírusu a pandémie ponúka domovská stránka [Gesundheit.gv.at](http://www.gesundheit.gv.at), rakúskeho portálu verejného zdravia: www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus

4. Dôležité informácie o koronavírusu v 17 jazykoch s ďalšími odkazmi a horúcou linkou nájdete na stránke: www.integrationsfonds.at/coronainfo

5. Online-poradca <https://ratgeber.wko.at/personenbetreuung/>
Online poradca WKO tiež poskytuje informácie v 12 jazykoch o založení spoločnosti, zmene sídla a prevádzky, sociálnom poistení a odpovede na mnohé ďalšie otázky.

6. Dôležité informácie a odkazy nájdete aj na domovskej stránke odborného združenia pre „osobné poradenstvo a osobnú starostlivosť“: <https://www.wko.at/branchen/gewerbe-handwerk/personenberatung-betreuung/selbstaendige-personenbetreuer.html>



ONLINE INFORMÁCIÓK A KORONAVÍRUSRÓL ÉS EGYESBEKRŐL

Új fejlemények, információk, szabályok és előírások szinte minden nap: a koronavírus-válság óriási kihívásokat jelent számunkra – gyors és szakszerű információra van szükség.

1. Honlap www.daheimbetreut.at

A „Személyes tanácsadás és személygondozás” szakmai szövetség honlapján megtalálhatja a legfontosabb információkat a Covid-19-ről és a jelenlegi helyzetről, különösen a 24 órás ellátásban dolgozó személygondozó személyzet igényeihez és helyzetéhez igazítva, méghozzá 12 nyelven.

A koronavíruson és annak következményein kívül további fontos információkat, letölthető szerződésmentákat és nyomtatványokat, valamint a vészhelyzeti tervet és az összes Ausztriában hivatalosan működő ügynökség listáját is megtalálja a www.daheimbetreut.at oldalon.

2. Információ a **koronavírus elleni oltásról** és a tartományok **regisztrációs** linkjei az „Ausztria részt vesz az oltásban” kezdeményezés honlapján található: www.osterreich-impft.at

3. Az osztrák közegészségügyi portál, a [Gesundheit.gv.at](http://www.gesundheit.gv.at) honlapja áttekintést nyújt a koronavírusról és a járvánnyal kapcsolatos összes fontos információról és intézkedésről: www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus

4. Fontos információkat talál a koronavírusról 17 nyelven, további linkekkel és forrádróttal a következő oldalon: www.integrationsfonds.at/coronainfo

5. Online útmutató <https://ratgeber.wko.at/personenbetreuung/>
A WKO online útmutatója szintén 12 nyelven nyújt információkat a vállalkozás alapításáról, a székhely és üzlet-helyiség megváltoztatásáról, a társadalombiztosításról és számos egyéb kérdéssel.

6. Fontos információkat és linkeket talál a „Személyes tanácsadás és gondozás” szakmai egyesület honlapján: <https://www.wko.at/branchen/gewerbe-handwerk/personenberatung-betreuung/selbstaendige-personenbetreuer.html>

Impfen schützt

Hier die wichtigsten Infos zur Corona-Schutzimpfung im Überblick.



Höchstes Risiko für Ältere

Seit Anfang 2020 hält ein Virus die Welt in Atem: das Corona-Virus (SARS-CoV-2). Weit über 100 Millionen Menschen erkrankten bisher weltweit an der vom Corona-Virus ausgelösten Krankheit COVID-19, Millionen von ihnen starben.

Es betrifft alle. Und es kann jeden treffen. Vor allem ältere Menschen und Menschen mit Vorerkrankungen tragen jedoch ein besonders hohes Risiko, von schweren, im schlimmsten Falle tödlichen Krankheitsverläufen betroffen zu sein.

Mit Impfung zurück zur Normalität

Expertinnen und Experten sind sich einig: Die einzige Möglichkeit, das Virus wirklich in den Griff zu bekommen und aus der Pandemie wieder in ein normales Leben zurückzukehren, ist die Impfung.

Impfen schützt uns und andere!

Ende 2020 wurden die ersten Österreicherinnen und Österreicher – vor allem Menschen in Pflegeheimen, die im ersten Jahr der Pandemie besonders stark betroffen waren – geimpft. Mittlerweile ist die Impfkampagne in vollem Gang. Zahlreiche besonders gefährdete oder in sensiblen Bereichen wie Pflege oder Gesundheitsversorgung tätige Österreicherinnen und Österreicher haben bereits eine der bisher zugelassenen Impfungen erhalten. Viele weitere haben sich für eine Impfung angemeldet bzw. vormerken lassen. Bis Ende 2021 sollen alle Menschen, die es wünschen, die Möglichkeit bekommen, sich kostenlos impfen zu lassen. Die Zahl derer, die jeweils geimpft werden können, hängt von den nach Österreich gelieferten Impfstoff-Mengen ab.

Die zugelassenen Impfungen schützen mit einer sehr hohen Wirksamkeit davor, an COVID-19 zu erkranken, bzw. verhindern jedenfalls schwere Verläufe. Wahrscheinlich ist auch, dass die Impfstoffe eine Übertragung des Virus unterbinden. Die Impfung schützt also uns und andere.

Achtung: COVID-19 betrifft alle Altersgruppen. Schwere Verläufe können – zwar seltener, aber doch – auch bei jungen Menschen auftreten. Und auch symptomlose und mildere Verläufe können gravierende Langzeitfolgen, etwa Schädigungen wichtiger Organe nach sich ziehen.

IMPFGUNG FÜR SELBSTSTÄNDIGE PERSONENBETREUERINNEN GEREGLT:

Selbstständige Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer (24-Stunden-Betreuung) genießen nun neben anderen Bevölkerungsgruppen mit erhöhtem Risiko oder Systemrelevanz **Priorität bei der Inanspruchnahme** einer Corona-Schutzimpfung, abhängig von der Verfügbarkeit von Impfstoffen. Die Impfung ist für in Österreich Krankenversicherte kostenlos!

Wie kann ich mich für eine Covid-Schutzimpfung anmelden? Alle Informationen und die Links zur Voranmeldung in den Bundesländern finden Sie auf: www.österreich-impft.at

Weitere wichtige Infos zu Covid-19: www.daheimbetreut.at

Impfung nach Plan

Die Impfung ist freiwillig und kostenlos. Geimpft wird in Österreich nach einem vorab festgelegten Plan, der je nach aktueller Impfstoff-Verfügbarkeit adaptiert wird.

In Phase 1 (bereits im Gang bzw. abgeschlossen) werden Bewohnerinnen und Bewohner sowie Personal in Alten- und Pflegeheimen, im Gesundheitsbereich Tätige und erste Hochrisikogruppen geimpft. **In Phase 2** folgen ältere Menschen, **darunter auch zu Hause Betreute (sowie deren Betreuerinnen und Betreuer)**, Personen mit Vorerkrankung sowie Menschen, die in der kritischen und systemrelevanten Infrastruktur tätig sind. Diese Phase ist im Gang und wird je nach der Verfügbarkeit von Impfstoffen fortgeführt. **In Phase 3** (vorgesehen ab dem 2. Quartal 2021) können sich alle weiteren impfen lassen, die es wünschen.

Wirkung, Sicherheit und Nebenwirkungen

Bei den zurzeit zugelassenen Impfstoffen müssen zwei Impfdosen innerhalb weniger Wochen verabreicht werden. Die in Österreich zugelassenen Impfstoffe wurden umfassend nach den für die Zulassung von Impfstoffen geltenden strengen EU-Kriterien geprüft.

Wie bei jeder Schutzimpfung kann es auch nach der Verabreichung der Covid-19-Schutzimpfung vereinzelt zu körperlichen Reaktionen kommen, deren Symptome in der Regel jedoch rasch abklingen und unproblematisch sind. So treten an der Impfstelle etwa häufig Rötungen, Schwellungen und Schmerzen auf. Es kann auch zu Müdigkeit, Kopf-, Muskel oder Gelenkschmerzen, Lymphknotenschwellungen, Übelkeit,

Frösteln und Fieber kommen. Sicherheit und Wirksamkeit der Impfung werden durch diese Reaktionen jedoch nicht beeinträchtigt.

Falsch sind Darstellungen, die zugelassenen Corona-Schutzimpfungen könnten das Erbgut von Menschen verändern. Corona-Impfstoffe verändern menschliches Erbgut erwiesenermaßen nicht und haben auch keine Auswirkungen auf die Fruchtbarkeit.



VACCINAREA PROTEJEAZĂ

Iată o prezentare generală a celor mai importante informații despre vaccinarea împotriva coronavirusului.

Cel mai mare risc pentru persoanele în vârstă

Un virus ține lumea în suspans de la începutul anului 2020: coronavirusul (SARS-CoV-2). Peste 100 de milioane de oameni din întreaga lume au contractat COVID-19, boală cauzată de coronavirus, și milioane dintre ei au murit.

Aceasta afectează pe toată lumea. Și se poate întâmpla oricui. În special persoanele în vârstă și persoanele cu boli anterioare prezintă un risc deosebit de mare de a fi afectate de un curs sever al bolii, în cel mai rău caz fatal.

Ne întoarcem la normal prin vaccinare

Experții sunt de acord: singura modalitate de a controla cu adevărat virusul și de a reveni la o viață normală, fără pandemie, este vaccinarea.

Vaccinarea ne protejează pe noi și pe ceilalți!

La sfârșitul anului 2020, primii austrieci au fost vaccinați - în special persoane din căminele pentru vârstnici care au fost deosebit de grav afectate în primul an al pandemiei. Campania de vaccinare este acum în plină desfășurare. Numeroși austrieci care desfășoară activități deosebit de periclitare de pandemie sau sensibile, cum ar fi asistența medicală sau îngrijirea medicală, au primit deja unul dintre vaccinurile

aprobate la momentul de față. Mulți alții s-au înregistrat sau și-au făcut programări pentru vaccinare. Până la sfârșitul anului 2021, toți cei care doresc ar trebui să aibă posibilitatea de a primi gratuit vaccinul. Numărul persoanelor care pot fi vaccinate depinde de cantitatea de vaccin livrată în Austria.

Vaccinurile aprobate protejează împotriva îmbolnăvirii cu COVID-19 în mod foarte eficient sau cel puțin previn cursurile severe ale bolii. De asemenea, este probabil ca vaccinurile să oprească transmiterea virusului. Deci vaccinarea ne protejează pe noi și pe ceilalți.

Atenție: COVID-19 afectează toate grupele de vârstă. Cursurile severe ale bolii pot apărea – deși mai rar – chiar și la tineri. Dar și cursurile fără simptome și mai ușoare pot avea consecințe grave pe termen lung, cum ar fi afectarea organelor interne majore.

VACCINAREA REGLEMENTATĂ PENTRU ASISTENȚII INDEPENDENȚI DE ÎNGRIJIRE PERSONALĂ:

Asistenții independenți de îngrijire personală (din îngrijirea permanentă) se bucură acum, alături de alte grupuri de populație cu risc crescut sau relevanță sistemică, de **prioritate în cadrul** vaccinării împotriva coronavirusului, în funcție de disponibilitatea vaccinurilor. Vaccinarea este gratuită pentru cei cu asigurări de sănătate în Austria!

Cum mă pot înregistra pentru vaccinul Covid? Toate informațiile și linkurile pentru preînregistrare în statele federale pot fi găsite la: www.österreich-impft.at

Alte informații importante despre Covid-19: www.daheimbetreut.at

Vaccinarea planificată

Vaccinarea este voluntară și gratuită. În Austria, vaccinarea are loc conform unui plan prestabilit, care este adaptat în funcție de disponibilitatea actuală a vaccinurilor.

În faza 1 (deja în desfășurare sau finalizată) sunt vaccinați rezidenții și personalul din căminele pentru vârstnici, cei care lucrează în sectorul sănătății și primele grupe cu risc ridicat. **În faza 2** urmează persoanele în vârstă, **inclusiv persoanele îngrijite acasă (și asistenții acestora de îngrijire personală)**, persoanele cu boli anterioare și persoanele care lucrează în infrastructura critică și sistemică. Această fază este în desfășurare și va continua în funcție de disponibilitatea vaccinurilor. **În faza 3** (planificată din al doilea trimestru al anului 2021) se poate vaccina oricine dorește.

Efect, siguranță și efecte secundare

Cu vaccinurile aprobate în prezent, trebuie administrate două doze la un interval de câteva săptămâni. Vaccinurile aprobate în Austria au fost testate extensiv în conformitate cu criteriile stricte ale UE aplicabile aprobării vaccinurilor.

La fel ca în cazul oricărui vaccin, pot apărea reacții fizice ocazional după administrarea vaccinului Covid-19, ale căror simptome, totuși, se ameliorează rapid și fără să prezinte probleme. De exemplu, apar adesea la locul vaccinării roșeață, durere, zona putându-se și umfla. De asemenea, pot apărea oboseala, cefaleea, dureri musculare sau articulare, umflarea ganglionilor limfatici, greață, frisoane și febră. Cu toate acestea, aceste reacții nu afectează siguranța și eficacitatea vaccinului.

Noțiunea că vaccinurile aprobate împotriva coronavirusului ar putea schimba genomul celor vaccinați este falsă. S-a dovedit că vaccinurile împotriva coronavirusului nu modifică genomul uman și nu au efecte asupra fertilității.



OČKOVANIE CHRÁNI

Tu je prehľad najdôležitejších informácií o očkovaní proti koronavírusu.

Najvyššie riziko pre starších ľudí

Od začiatku roku 2020 nás drží v šachu vírus: koronavírus (SARS-CoV-2). Dopsial' ochorelo na celom svete viac ako



100 miliónov ľudí na COVID-19, ochorenie spôsobené koronavírusom, milióny z nich zomreli.

Týka sa to všetkých. A zasiahnuť to môže každého. Najmä starším ľuďom a osobám s predchádzajúcimi chorobami hrozí vysoké riziko, že ochorenie bude mať vážny priebeh a v najhoršom prípade spôsobí smrť.

Vďaka očkovaniu späť do normálu

Odborníci sa zhodujú: Jediný spôsob, ako vírus skutočne dostať pod kontrolu a vrátiť sa z pandémie do normálneho života, je očkovanie.

Očkovanie chráni nás i ostatných!

Na konci roka 2020 boli zaočkovaní prví Rakúšania – najmä ľudia v domovoch sociálnych služieb, ktorí boli obzvlášť ťažko postihnutí v prvom roku pandémie. Očkovacia kampaň je medzičasom v plnom prúde. Mnoho Rakúšanov, ktorí sú obzvlášť ohrození alebo pracujú v citlivých oblastiach, ako sú ošetrovatelstvo alebo zdravotná starostlivosť, už dostalo jednu z doteraz schválených vakcín. Mnohí ďalší sa prihlásili alebo predbežne zaregistrovali na očkovanie. Do konca roka 2021 by mal mať každý, kto si to želá, možnosť dať sa zadarmo zaočkovať. Počet tých, ktorí sa teraz môžu zaočkovať, závisí od množstva vakcín dodaných do Rakúska.

Schválené vakcíny chránia pred ochorením na COVID-19 s veľmi vysokou účinnosťou alebo aspoň zabraňujú

závažným priebehom. Je tiež pravdepodobné, že vakcíny zastavia prenos vírusu. Takže očkovanie chráni nás aj ostatných.

Pozor: COVID-19 sa týka všetkých vekových skupín. Závažný priebeh sa môže vyskytnúť aj u mladých ľudí – aj keď zriedkavejšie. A aj bezpríznakový a miernejší priebeh ochorenia môže mať vážne dlhodobé následky, napríklad poškodenie dôležitých orgánov.

OČKOVANIE REGULOVANÉ PRE NEZÁVISLÝCH OPATROVATEĽOV A NEZÁVISLÉ OPATROVATEĽKY:

Nezávislí opatrovatelia a nezávislé opatrovatelky (24-hodinová starostlivosť) si teraz užívajú spolu s ostatnými skupinami obyvateľstva so zvýšeným rizikom alebo systémovým významom **prioritu pri využití** očkovania ako ochrany proti koronavírusu, v závislosti od dostupnosti vakcín. Pre osoby zdravotne poistené v Rakúsku je očkovanie bezplatné!

Ako sa môžem prihlásiť na očkovanie proti Covid? Všetky informácie a odkazy na predbežnú registráciu v spolkových krajinách nájdete na stránke: www.osterreich-impft.at

Ďalšie dôležité informácie o Covid-19: www.daheimbetreut.at

Očkovanie podľa plánu

Očkovanie je dobrovoľné a bezplatné. V Rakúsku očkovanie prebieha podľa vopred stanoveného plánu, ktorý sa upravuje v závislosti od aktuálnej dostupnosti vakcín.

Vo fáze 1 (už prebiehajúcej alebo ukončenej) sa očkujú obyvatelia a zamestnanci v domovoch dôchodcov a sociálnych služieb, pracujúci v zdravotníctve a prvé vysoko rizikové skupiny. **Vo fáze 2** nasledujú starší ľudia, **vrátane tých, o ktorých sa starajú doma (a ich opatrovatelia a opatrovatelky)**, osoby s predchádzajúcimi chorobami a ľudia, ktorí pracujú v kritickej a systémove relevantnej infraštruktúre. Táto fáza prebieha a bude pokračovať na základe dostupnosti vakcín. **Vo fáze 3** (plánovanej od 2. štvrtroka 2021) sa môže dať zaočkovať ktokoľvek iný, kto si to praje.

Účinnok, bezpečnosť a vedľajšie účinky

V prípade vakcín, ktoré sú v súčasnosti schválené, sa musia podať dve dávky v priebehu niekoľkých týždňov. Vakcíny schválené v Rakúsku boli komplexne testované v súlade s prísnymi kritériami EÚ, ktoré sa vzťahujú na schvaľovanie vakcín.

Tak ako pri každom očkovaní, aj po podaní vakcíny proti Covid-19 sa môžu ojedinele vyskytnúť fyzické reakcie, ktorých príznaky však zvyčajne rýchlo ustúpia a sú bezproblémové. Napríklad v mieste očkovania sa často vyskytuje začervenanie, opuch a bolesť. Môžu sa vyskytnúť aj únava, bolesti hlavy, svalov alebo kĺbov, opuchy lymfatických uzlín, nevoľnosť, zimnica a horúčka. Tieto reakcie však neovplyvňujú bezpečnosť a účinnosť očkovania.

Správy, že schválené vakcíny proti koronavírusu by mohli zmeniť genóm ľudí, sú falošné. Je dokázané, že vakcíny proti koronavírusu nemenia ľudský genóm a nemajú žiadny vplyv ani na plodnosť.



AZ OLTÁS VÉDELMEZ NYÚJT

Áttekintést biztosítunk a koronavírus elleni oltással kapcsolatos legfontosabb információkról.

A kockázat az idősek számára a legnagyobb

2020 eleje óta egy vírus tartja feszültség alatt a világot: a koronavírus (SARS-CoV-2). Világszerte több mint 100 millió ember fertőződött meg a koronavírus által okozott COVID-19 betegségben, és közülük több millióan meghaltak.

Ez az új helyzet mindenkit érint. És bárkivel megtörténhet. Különösen az idősebb emberek és a meglévő betegségben szenvedők számára magas a súlyos, legrosszabb esetben halálos kimenetelű megbetegedés kockázata.

Visszatérés a normális kerékvágásba oltással

A szakértők egyetértenek: az egyetlen módja annak, hogy a vírust valóban kordában tartsák és a pandémiából visszatérjenek a normális élethez, az oltás.

Az oltás megvéd minket és másokat!

2020 végén beoltották az első osztrák állampolgárokat - különösen az idősek otthonában élő embereket, akiket a világjárvány az első évben különösen súlyosan érintett. Az oltási kampány immár javában zajlik. Számos osztrák állampolgár, akik különösen veszélyeztetettek, vagy olyan érzékeny területen dolgoznak, mint például az ápolás vagy az egészségügy, már megkapták az eddig engedélyezett oltások egyikét. Sokan mások pedig regisztráltak az oltásra vagy foglaltak maguknak oltást. 2021 végéig mindenkinek lehetőséget kell biztosítani arra, hogy ingyenes oltást kapjon. A beoltható személyek száma az Ausztriába szállított oltóanyag mennyiségétől függ.

A jóváhagyott oltások nagyon magas fokú hatékonysággal védenek a COVID-19 általi megbetegedés ellen, vagy legalábbis megakadályozzák a betegség súlyos lefolyását. Az is valószínű, hogy az oltások megakadályozzák a vírus terjesztését. Tehát az oltás minket és másokat is véd.

Figyelem: A COVID-19 minden korosztályt érint. Súlyos lefolyású megbetegedések – bár ritkábban, de akkor is – előfordulhatnak fiataloknál is. A tünetmentes és enyhébb lefolyású megbetegedéseknek súlyos, hosszú távú következményei lehetnek, például fontos szervek károsodhatnak

AZ OLTÁS SZABÁLYOZÁSA FÜGGETLEN GONDOZÓK SZÁMÁRA:

A **független gondozók** (24 órás gondozás) más, fokozott kockázatú vagy rendszer szempontjából jelentős népességcsoportok mellett **elsőbbbbséget élveznek** a koronavírus vakcina igénylésekor, az oltások elérhetőségétől függően. Az oltás az Ausztriában egészségbiztosítással rendelkezők számára ingyenes!

Hogyan regisztrálhatok Covid elleni védőoltásra? Minden információ és a tartományok előzetes regisztrációhoz szükséges linkjei megtalálhatók a www.osterreich-impft.at oldalon.

További fontos információk a Covid-19-ről: www.daheimbetreut.at

Terv szerinti oltás

Az oltás önkéntes és ingyenes. Ausztriában az oltás egy előre meghatározott terv szerint történik, amelyet a vakcina jelenlegi rendelkezésre állásától függően alkalmaznak.

Az 1. fázisban (már folyamatban van vagy befejeződött) az időseket és idősek otthonában lakókat és a személyzetet, az egészségügyi szektorban dolgozókat és az első magas kockázatú csoportokat oltják be. **A 2. fázisban** következnek az idősebb emberek,

beleértve az otthon gondozottakat (és gondozóikat), a korábbi betegségben szenvedők, valamint a kritikus és a rendszer szempontjából releváns infrastruktúrában dolgozók. Ez a szakasz már folyamatban van és az oltóanyag rendelkezésre állása alapján folytatódik. **A 3. szakaszban** (előreláthatóan 2021 2. negyedévéig) beoltathatja magát mindenki más, aki kéri.

Hatás, biztonság és mellékhatások

A jelenleg engedélyezett oltások esetében két adag oltóanyagot kell beadni néhány héten belül. Az Ausztriában jóváhagyott vakcinákat alaposan tesztelték a vakcinák jóváhagyására vonatkozó szigorú uniós kritériumok szerint.

Mint minden oltásnál, a Covid-19 oltás beadása után is előfordulhatnak egyéni fizikai reakciók, amelyek tünetei azonban általában gyorsan alábbhagynak és nem okoznak nagyobb problémát. Például az oltás helyén gyakran jelentkezik bőrpír, duzzanat és fájdalom. Fáradtság, fejfájás, izom- vagy ízületi fájdalom, nyirokcsomó-duzzanat, hányinger, hidegrázás és láz is előfordulhat. Ezek a reakciók azonban nem befolyásolják az oltás biztonságát és hatékonyságát.

Tévesek azok az elképzelések, miszerint a jóváhagyott koronavírus elleni oltások megváltoztathatják az emberek génállományát. Bizonyított, hogy a koronavírus elleni vakcinák nem változtatják meg az emberi genomot, és nincsenek hatással a termékenységre.



Die wichtigsten Informationen über Impfstoffe

Es gibt verschiedene Impfstoff-Typen und Impfungen wirken auf unterschiedliche Weise.



Die beiden ersten in der EU zugelassenen Impfstoffe von Pfizer/Biontech und Moderna sind sogenannte „mRNA-Impfstoffe“, beim dritten zugelassenen Vakzin (Impfstoff) von Astrazeneca handelt es sich um einen „Vektorimpfstoff“. Es gibt aber auch „Lebendimpfstoffe“ und „Totimpfstoffe“. Die Unterschiede kurz erklärt.

Impfstoffe haben den Zweck, Menschen vor einer (übertragbaren) Krankheit mittels einer vorbeugenden (aktiven) Impfung durch eine spezifische Aktivierung des Immunsystems zu schützen. Dabei werden körpereigene Schutzstoffe aktiviert, die den Krankheitserreger (das Virus) bekämpfen. Der erste Impfstoff wurde übrigens 1796 hergestellt und gegen die Pocken eingesetzt. Die Krankheit gilt heute als ausgerottet.

mRNA-Impfstoffe sind eine Impfstoff-Technologie, die zuerst für die Krebstherapie entwickelt wurde. Dabei werden über „präparierte“ RNA (= Ribonukleinsäure) Baupläne für Proteine in den Körper eingeschleust, die eine Immunantwort des Körpers gegen die eindringenden Krankheitserreger auslösen. Für mRNA-Impfstoffe werden also keine lebenden oder abgetöteten Viren verwendet. Eine Veränderung des Erbgutes kann durch diesen Impfstoff nicht ausgelöst werden.

Bei **Vektorimpfstoffen** gelangen die Baupläne für das Antigen über für den Menschen harmlose Trägerviren (Vektoren) in den menschlichen Körper und

lösen dort die Produktion spezifischer Antikörper bzw. Abwehrzellen aus, die den Krankheitserreger bekämpfen. Dieser Impfstofftyp wurde zuerst erfolgreich zur Bekämpfung von Ebola und Dengue-Fieber entwickelt.

Lebendimpfstoffe enthalten vermehrungsfähige Viren, die allerdings keine Krankheit mehr auslösen können, sondern die Immunantwort gegen den betreffenden Erreger (zum Beispiel Mumps, Masern oder Röteln) hervorrufen.

Totimpfstoffe enthalten abgetötete oder Teile abgetöteter Viren, die die gewünschte Immunisierung des Körpers hervorrufen. Sie werden zum Beispiel gegen Hepatitis A oder Influenza (Grippe) eingesetzt.



CELE MAI IMPORTANTE INFORMAȚII DESPRE VACCINURI

Există diferite tipuri de vaccinuri, iar vaccinările funcționează în moduri diferite.

Primele două vaccinuri aprobate în UE, de la Pfizer/Biontech și, respectiv, Moderna, sunt așa-numitele „vaccinuri ARNm“, în timp ce al treilea vaccin aprobat, de la AstraZeneca, este un „vaccin cu vector“. Dar există și „vaccinuri vii“ și „vaccinuri moarte“. Diferențele explicite pe scurt.

Scopul vaccinurilor este de a proteja oamenii de o boală (transmisibilă) prin vaccinare preventivă (activă) prin activarea specifică a sistemului imunitar. Acest lucru activează propriile sisteme de protecție ale organismului, care luptă cu agentul patogen (virusul). De altfel, primul vaccin a fost produs în 1796 și utilizat împotriva variolei. Variola este acum considerată eradicată.

Vaccinurile ARNm reprezintă o tehnologie a vaccinurilor dezvoltată inițial pentru tratamentul împotriva cancerului. Astfel sunt introduse în organism planurile pentru proteine prin ARN „preparat“ (= acid ribonucleic), ceea ce declanșează un răspuns imun în organism împotriva agenților patogeni invadatori. Nu se utilizează virusuri vii sau ucise pentru vaccinurile cu ARNm. O modificare a materialului genetic nu poate fi declanșată de acest vaccin.

La **vaccinurile cu vector** planurile pentru antigen ajung în corpul uman prin intermediul virusurilor purtătoare (vectori) care sunt inofensive pentru oameni și declanșează producerea de anticorpi specifici sau celule de apărare care luptă cu agentul patogen. Acest tip de vaccin a fost dezvoltat cu succes pentru a combate Ebola și febra dengue.

Vaccinurile vii conțin virusuri care se pot replica, dar care nu mai pot provoca boli, ci mai degrabă declanșează răspunsul imun împotriva agentului patogen în cauză (de exemplu oreion,

rujeolă sau rubeolă).

Vaccinurile moarte conțin virusuri ucise sau părți de virusuri ucise care induc imunizarea dorită a organismului. Acestea sunt utilizate, de exemplu, împotriva hepatitei A sau a gripei (gripă).



NAJDÔLEŽITEJŠIE INFORMÁCIE O VAKCÍNACH

Existujú rôzne typy vakcín a očkovanie účinkuje rôznymi spôsobmi.

Prvé dve vakcíny schválené v EÚ od spoločností Pfizer/Biontech a Moderna sú takzvané „vakcíny mRNA“, zatiaľ čo tretia schválená vakcína (vakcína) od spoločnosti Astrazeneca je „vektorová vakcína“. Existujú však aj „živé vakcíny“ a „inaktivované vakcíny“. Stručne vysvetlíme rozdiely.

Účelom vakcín je chrániť ľudí pred (prenosným) ochorením preventívnym (aktívnym) očkovaním prostredníctvom špecifickej aktivácie imunitného systému. Prítom sa aktivujú telu vlastné ochranné látky, ktoré bojujú proti patogénu (vírusu). Mimochodom, prvá vakcína bola vyrobená v roku 1796 a bola použitá proti kiahňam. Toto ochorenie sa v súčasnosti považuje za vyhubené.

mRNA vakcína je vakcínová technológia, ktorá bola najskôr vyvinutá pre liečbu rakoviny. Do tela je vnesená tzv. „messengerová“ ribonukleová kyselina

(=mRNA), ktorá kóduje konkrétny proteín, typický pre daný patogén („škodcu“, napr. vírus) a spúšťa imunitnú odpoveď v tele proti prenikajúcejmu patogénu. Pri mRNA vakcínach sa nepoužívajú žiadne živé ani inaktivované vírusy. Táto vakcína nemôže vyvolať zmenu genetického materiálu.

Pri **vektorových vakcínach** sa schéma pre antigén dostávajú do ľudského tela prostredníctvom nosných vírusov (vektorov), ktoré sú pre človeka neškodné a spúšťajú produkciu špecifických protilátok alebo obranných buniek, ktoré bojujú proti patogénu. Tento typ vakcíny bol prvýkrát úspešne vyvinutý na boj proti ebrole a horúčke dengue.

Živé vakcíny obsahujú vírusy, ktoré sa môžu replikovať avšak už nemôžu spôsobiť ochorenie, ale vyvolávajú imunitnú odpoveď proti príslušnému patogénu (napr. mumps, osýpky alebo rubeola).

Inaktivované vakcíny obsahujú usmrtené vírusy alebo časti usmrtených vírusov, ktoré indukujú požadovanú imunitáciu tela. Používajú sa napríklad proti hepatitíde A alebo chrípke.



A LEGFONTOSABB INFORMÁCIÓK AZ OLTÓANYAGOKRÓL

Különböző típusú vakcinák léteznek, és az oltások különböző módon működnek.

Az EU-ban elsőként jóváhagyott két vakcina a Pfizer/Biontech és a Moderna vakcinák úgynevezett „mRNS vakcinák”, míg a harmadik jóváhagyott vakcina, az Astrazeneca oltóanyaga „vektor alapú vakcina”. De léteznek „élő oltások” és „elhalt oltások” is. Röviden kifejtjük a különbségeket.

Az oltások célja az emberek védelme egy (fertőző) betegségtől megelőző (aktív) oltással az immunrendszer specifikus aktiválása révén. Ez aktiválja a szervezet saját védőanyagait, amelyek megküzdnek a kórokozóval (a vírussal). Az első vakcinát egyébként 1796-ban állították elő, és himlő ellen használták fel. A betegség ma már felszámoltak tekinthető.

Az **mRNS vakcina** olyan vakcinatechnológia, amelyet először rákterápiára fejlesztettek ki. Ennek során a fehérjék tervrajzait „előkészített” RNS (= ribonukleinsav) segítségével csempézik be a testbe, amelyek immunreakciót váltanak ki a szervezetben a betörő kórokozókhoz szemben. Az mRNS vakcinákhoz nem használnak élő vagy elölt vírusokat. A génállomány változását ez a vakcina nem tudja kiváltani.

A **vektor alapú vakcina** esetén az antigén tervrajzai az emberre ártalmatlan hordozóvírusok (vektorok) révén jutnak az emberi testbe, és specifikus antitestek vagy védekező sejtek termelését váltják ki, amelyek megküzdnek a kórokozóval. Ezt a típusú oltást először az ebola és a Dengue-láz leküzdésére fejlesztették ki sikeresen.

Az **élő oltások** olyan vírusokat tartalmaznak, amelyek képesek szaporodni, de már nem okozhatnak megbetegedést, hanem a kérdéses kórokozóval (pl. mumpsz, kanyaró vagy rubeola) szembeni immunválaszt váltanak ki.

Az **elhalt oltások** elölt vírusokat vagy azok egy részét tartalmazzák, amelyek a test kívánt immunizálását váltják ki. Például hepatitis A vagy influenza ellen alkalmazzák.



Testen, testen, testen

Tests sind ein wichtiger Baustein im Kampf gegen das Corona-Virus.



Lassen Sie sich testen! Das Corona-Virus kann sich auch deshalb so stark ausbreiten, weil der Krankheitserreger häufig von Menschen weiterverbreitet wird, die selbst gar nicht wissen, dass sie den Erreger in sich tragen. Weil sie zum Beispiel keine Krankheitssymptome bemerken.

Tests helfen dabei, Menschen zu identifizieren, die das Virus in sich tragen, ohne es zu wissen. Und sie geben bei Symptomen Klarheit, ob es sich um eine Corona-Infektion handelt oder nicht.

Mittlerweile gibt es zahlreiche permanente Testgelegenheiten, in denen Tests angeboten werden. Tests können auch in Apotheken oder beim Hausarzt gemacht werden. PCS-Schnelltests können vor Ort ausgewertet werden, das Ergebnis liegt innerhalb kurzer Zeit vor. Bei einem positiven Testergebnis wird ein PCR-Test zur endgültigen Abklärung veranlasst.

Sogenannte Antigen-Schnelltests (sie funktionieren ähnlich wie ein Schwangerschaftstest) können etwa in Apotheken erworben und auch zu Hause durchgeführt werden. Sie erkennen wie auch PCR-Tests und PCR-Schnelltests eine etwaige Infektion mit einer relativ hohen Wahrscheinlichkeit.

Bei **Symptomen** (mindestens eines der vier Kriterien: Husten, Fieber, Kurzatmigkeit, plötzliches Auftreten einer Störung bzw. des Verlusts des Geschmacks- und Geruchssinns) oder Vorliegen eines **positiven Antigen-Schnelltests** bitte die Telefon-Gesundheitsnummer 1450 anrufen. Dort wird bei Verdacht auf eine Infektion ein PCR-Test zur Abklärung veranlasst.

Achtung: Die Tests zeigen immer nur den aktuellen Status, sind also eine Momentaufnahme. Bereits der nächste

Kontakt mit einer infektiösen Person oder infektiösem Material nach dem Verlassen eines Testlokals kann zu einer Infektion mit dem Corona-Virus führen.

Infos für selbstständige PersonenbetreuerInnen über Einreisebestimmungen, Quarantäne, Tests, Kostenersatz und Co: www.daheimbetreut.at



TESTE, TESTE, TESTE

Testele sunt o componentă importantă în lupta împotriva coronavirusului.

Testați-vă! În plus, coronavirusul se poate răspândi atât de mult deoarece agentul patogen este adesea răspândit de către oameni care nici măcar nu știu că sunt purtători. De exemplu, pentru că nu observă niciun simptom al bolii.

Testele ajută la identificarea persoanelor care nu știu că sunt purtătoare. Și în cazul simptomelor, testarea arată dacă este sau nu o vorba de o infecție cu coronavirus.

Acum există numeroase oportunități în locuri de testare permanente. Testele se pot face și în farmacii sau la medicul de familie. Testele rapide PCS pot fi evaluate la fața locului, rezultatul fiind disponibil într-un timp scurt. Dacă rezultatul testului este pozitiv, este inițiat un test PCR pentru clarificare finală.

Așa-numitele teste rapide antigenice (funcționează în mod similar cu un test de sarcină) pot fi achiziționate în farmacii, de exemplu, și pot fi efectuate și acasă. La fel ca testele PCR și testele rapide PCR, ele recunosc o posibilă infecție cu o probabilitate relativ mare.

În cazul **aparitiei simptomelor** (cel

puțin unul dintre cele patru criterii: tuse, febră, dificultăți de respirație, apariția bruscă a unei tulburări de gust sau miros sau pierderea acestora) sau în cazul prezenței **unui test antigenic rapid pozitiv** vă rugăm să sunați la numărul de asistență medicală 1450. Acolo, dacă se suspectează o infecție, se dispune un test PCR pentru clarificare.

Atenție: testele indică întotdeauna doar starea curentă, deci sunt un fel de instantaneu. Următorul contact cu o persoană infectioasă sau cu material infectios după părăsirea locului de testare poate duce la o infecție cu coronavirus.

Informații pentru asistenții independenți de îngrijire personală cu privire la reglementările de intrare în țară, carantină, teste, rambursarea costurilor și altele: www.daheimbetreut.at



TESTOVAĽ, TESTOVAĽ, TESTOVAĽ

Testy sú dôležitou súčasťou boja proti koronavírusu.

Dajte sa otestovať! Koronavírus sa môže tak masívne rozširovať aj preto, že patogén často šíria aj ľudia, ktorí ani nevedia, že sú nositeľmi patogénu. Napríklad aj preto, že nepostrehnú žiadne príznaky choroby.

Testy pomáhajú identifikovať ľudí, ktorí prenášajú vírus bez toho, aby o tom vedeli. A v prípade príznakov ukážu, či ide o infekciu koronavírusom alebo nie.

V súčasnosti existuje veľa príležitostí permanentného testovania, pri ktorých sa testy ponúkajú. Testy je možné vykonať aj v lekárňach alebo u všeobecného lekára. PCR-rýchlotesty je možné vyhodnotiť na mieste, výsledok je k

dispozícii za krátky čas. Ak je výsledok testu pozitívny, vykoná sa pre potvrdenie výsledku aj presnejší test PCR.

Takzvané antigenové rýchlotesty (fungujú podobne ako tehotenský test) si môžete kúpiť napríklad v lekárňach a môžete si ich urobiť aj doma. Testy PCR aj rýchlotesty PCR rozpoznať možnú infekciu s pomerne vysokou pravdepodobnosťou.

Pri **príznakoch** (aspoň jedno zo štyroch kritérií: kašeľ, horúčka, dýchavičnosť, náhly výskyt poruchy alebo straty chuti a čuchu) alebo prítomnosti jedného **pozitívneho antigenového rýchlotestu** zavolajte na zdravotnícke číslo 1450. Ak existuje podozrenie na infekciu, postarajú sa tam o vykonanie PCR testu pre zistenie výsledku.

Pozor: Testy zobrazujú vždy iba aktuálny stav, ide teda o momentálny stav. Ďalší kontakt s infekčnou osobou alebo infekčným materiálom po opustení testovacieho miesta môže viesť k infekcii koronavírusom.

Informácie pre nezávislých opatrovateľov a nezávislé opatrovatelky o predpisoch pri vstupe do krajiny, karanténe, testoch, náhrade nákladov atď.: www.daheimbetreut.at



TESZT, TESZT, TESZT

A tesztek a koronavírus elleni küzdelem fontos elemei.

Teszteltesse magát! A koronavírus azért is terjedhet ilyen nagy mértékben, mert a kórokozót gyakran olyan emberek terjesztik, akik nem is tudják, hogy hordozzák azt. Például azért, mert nem észlelik magukon a betegség tüneteit.

A tesztek segítenek azonosítani a vírust tudtukon kívül magukban hordozó embereket. Tünetek esetén pedig egyértelművé válik a teszt által, hogy koronavírus fertőzésről van-e szó vagy sem.

Számos állandó tesztelhetőség kínálkozik, ahol teszteket kínálnak. A tesztek elvégezhetőek gyógyszertárakban vagy a háziorvosnál is. A gyorstesztek a helyszínen kiértékelhetők, az eredmény rövid időn belül elérhető. Ha a teszt eredménye pozitív, PCR-tesztre van szükség az egyértelmű, végső eredmény érdekében.

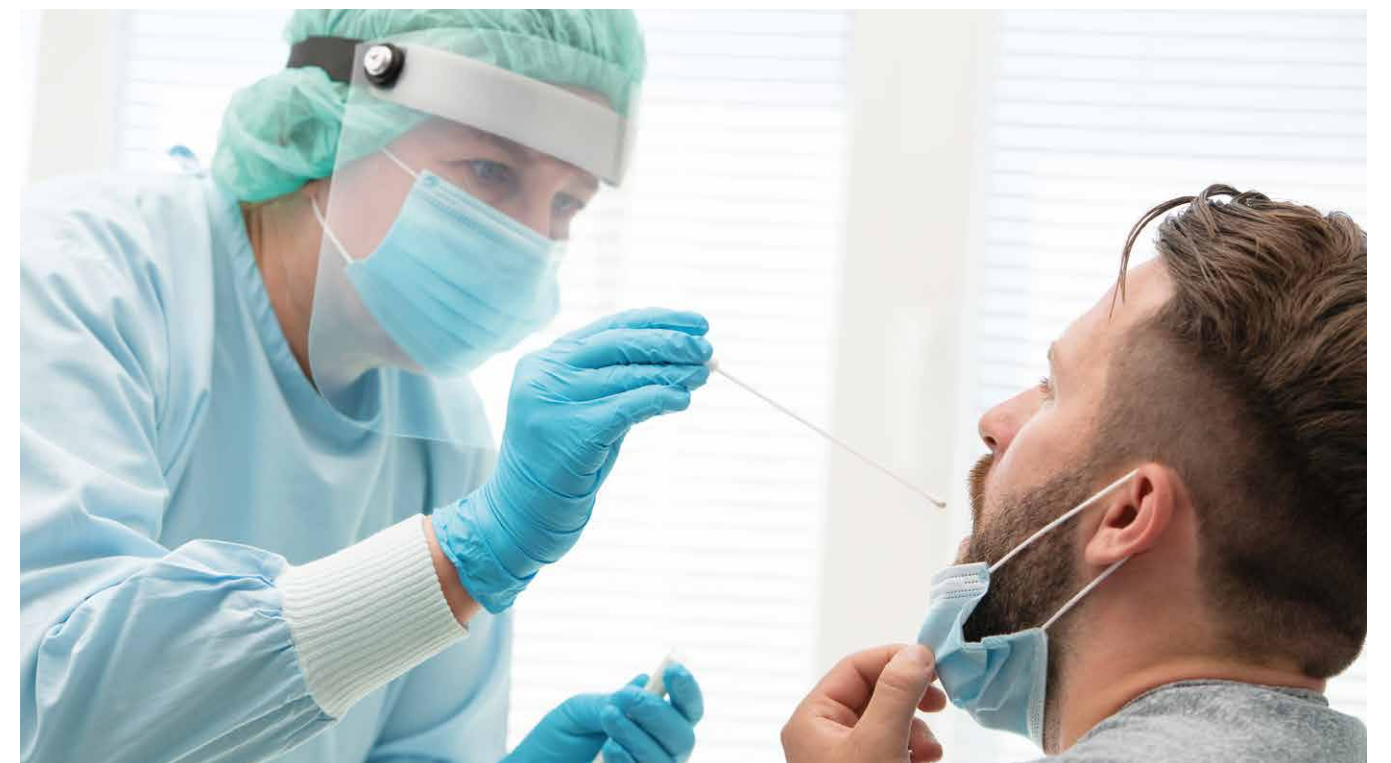
Az úgynevezett antigen gyorstesztek (amelyek a terhelességi teszthez hasonló módon működnek) megvásárolhatók például gyógyszertárakban, és otthon

is elvégezhetőek. A PCR-tesztekhez és a PCR-gyorstesztekhez hasonlóan viszonylag nagy valószínűséggel ismerik fel az esetleges fertőzést.

Tünetek jelentkezése (a négy kritérium közül legalább az egyik: köhögés, láz, légszomj, hirtelen rendellenesség megjelenése vagy izlelés- és szagvesztés) vagy egy **pozitív antigen gyorsteszt** esetén kérjük, hívja a 1450-es egészségügyi számot. Ha fertőzés gyanúja merül fel, a tisztázás érdekében PCR-tesztet igényelnek.

Figyelem: A tesztek mindig csak az aktuális állapotot mutatják, így úgymond egyfajta pillanatképek. A tesztközpont elhagyása utáni fertőzött személlyel vagy fertőző anyaggal való következő érintkezés koronavírus fertőzéshez vezethet.

Tájékoztatás független gondozók számára a beutazási szabályzatról, karanténról, tesztekéről, a költségekről megterítéséről és hasonlókról: www.daheimbetreut.at





Weiterhin wichtig: Ansteckungs- risiko vermeiden!

Auch wenn immer mehr Menschen geimpft werden: Um das Corona-Virus und die Pandemie in den Griff zu bekommen und wieder zur Normalität zurückkehren zu können, ist es entscheidend, dass wir uns auch weiterhin an die eingeübten Vorsichts- und Verhaltensregeln halten.



Achtung: Verschiedene **Mutationen** des Corona-Virus, die sich meist rasch ausbreiten, erhöhen sogar noch das Infektionsrisiko, weil die Viren leichter übertragbar sind. Vorsicht und richtiges Verhalten werden also noch wichtiger.

Eine positive „Nebenwirkung“ der Vorsichtsmaßnahmen gegen das Corona-Virus: die Verbreitung des Influenza (Grippe) hat sich heuer massiv reduziert.

So schützen Sie **sich und andere** vor einer Ansteckung:

- » Mund-Nasen-Maske tragen. Eine einfache Maske schützt zwar nicht verlässlich vor Viren, reduziert aber den Ausstoß bzw. die „Reichweite“ von Viren beim Sprechen, Husten und Niesen. Sogenannte **FFP2-Masken** gewähren einen hochprozentigen aktiven Infektionsschutz und wurden daher zuletzt auch in vielen Bereichen verpflichtend vorgeschrieben.
- » Abstand zu und von anderen Personen halten, **mindestens 2 Meter**, auch im Freien.
- » Kontakte reduzieren, Menschenansammlungen meiden.
- » Niemandem die Hand geben, keine Begrüßungsküsse und Umarmungen.
- » Möglichst nichts berühren, was auch von anderen berührt wird.
- » In Papiertaschentücher oder in die Armbeuge niesen bzw. husten und sich dabei von anderen Personen wegrehen.
- » Nicht mit der Hand ins Gesicht fassen (Mund, Nase, Augen).
- » Hände regelmäßig und gründlich (30 Sekunden) mit Seife waschen und/oder mit geeigneten Präparaten desinfizieren. Ganz besonders immer dann, wenn wir von draußen nach Hause kommen bzw. irgendwelche Gegenstände oder Flächen berührt haben.
- » Flächen, die wir berühren und die auch von anderen berührt werden, regelmäßig reinigen bzw. vor dem Berühren desinfizieren.
- » Räume, in denen sich auch andere Menschen aufhalten, regelmäßig und gründlich durchlüften, um das Ansteckungsrisiko so gering wie möglich



zu halten. Geschlossene Räume, in denen sich auch andere aufhalten, besser meiden.

Achtung: Als Betreuungsperson haben Sie in dieser Situation eine besondere Verantwortung gegenüber der oder dem von Ihnen Betreuten. Meiden also auch Sie Situationen, in denen Sie einem höheren Ansteckungsrisiko ausgesetzt sind!



DE ASEMENEA, IMPORTANT: EVITAȚI RISCUL DE INFECȚIE!

Chiar dacă din ce în ce mai mulți oameni sunt vaccinați: pentru a controla coronavirusul și pandemia și pentru a putea reveni la normal, este crucial să continuăm să respectăm regulile de precauție și comportament.

Atenție: diverse **mutații** ale coronavirusului, care de obicei se răspândesc rapid, chiar măresc riscul de infecție, deoarece virusurile sunt mai ușor de transmis. Deci precauția și comportamentul corect devin și mai importante.

Un „efect secundar” pozitiv al măsurilor de precauție împotriva coronavirusului: răspândirea gripei a fost redusă masiv în acest an.

Cum să vă protejați **pe dvs. și pe ceilalți** de infecție:

- » Purtați o mască pentru gură și nas. O mască simplă nu oferă o protecție fiabilă împotriva virusilor, dar reduce emisia sau „gama” de virusi atunci când vorbiți, tușiți și strănuțați. **Măștile FFP2** asigură un procent ridicat de protecție activă împotriva infecțiilor și, prin urmare, au devenit recent obligatorii în multe zone.
- » Păstrați distanța față de alte persoane, **cel puțin 2 metri**, chiar și în aer liber.
- » Reduceți contactele, evitați aglomerația.
- » Nu dați mâna când vă salutați, nu vă sărutați sau îmbrățișați.
- » Evitați să atingeți orice este atins de alții.
- » Strănuțați sau tușiți în șervețele de hârtie sau în pliul cotului, îndepărtându-vă de celelalte persoane.
- » Nu puneți mâna pe față (gură, nas, ochi).

- » Spălați-vă mâinile în mod regulat și temeinic (30 de secunde) cu săpun și/sau dezinfectați-le cu preparate adecvate. Mai ales când venim acasă de afară sau am atins orice obiecte sau suprafețe.
- » Curățați în mod regulat suprafețele pe care le atingeți și care sunt atinse și de alții sau dezinfectați-le înainte de a le atinge.
- » Aerisiți încăperile în care se află și alte persoane, în mod regulat și temeinic, pentru a menține riscul de infecție cât mai scăzut posibil. Este mai bine să evitați încăperile închise în care sunt prezente și alte persoane.

Atenție: În calitate de asistent de îngrijire personală, aveți în mod natural o responsabilitate specială față de persoana asistată, în această situație. Deci, evitați situațiile în care vă expuneți unui risc mai mare de infecție!



DŐLEŽITÉ: VYVARUJTE SA RIZIKU INFEKČIE!

Aj keď je čoraz viac ľudí zaočkovaných: Aby sme dostali koronavírus

a pandémie pod kontrolu a mohli sa vrátiť do normálneho života, je nevyhnutné naďalej dodržiavať navčičené pravidlá prevencie a správania.

Pozor: Rôzne **mutácie** koronavírusu, ktoré sa zvyčajne šíria rýchlo, dokonca zvyšujú riziko infekcie, pretože vírusy sa ľahšie prenášajú. Opatrnosť a správne podľa pravidiel sa tak stávajú ešte dôležitejšími.

Pozitívny „vedľajší účinok“ preventívnych opatrení proti koronavírusu: šírenie chrípky sa tento rok výrazne znížilo.

Ako chrániť **seba a ostatných** pred nakazením:

- » Noste ochranné rúško na ústach a nose. Jednoduché rúško síce neposkytuje spoľahlivú ochranu pred vírusmi, ale znižuje emisiu alebo „dolet“ vírusov pri rozprávaní, kašľaní a kýchaní. Tzv. **FFP2-respirátory** poskytujú vysoké percento aktívnej ochrany pred infekciou, a preto boli nedávno v mnohých oblastiach nariadené ako povinné.
- » Udržujte si odstup od ostatných ľudí, **najmenej 2 metre**, aj vonku.

- » Obmedzte kontakty, vyhýbajte sa davom ľudí.
- » Nepodávajte si s nikým ruky, pri zdravení sa nebozkávajte ani neobjímajte.
- » Podľa možností sa nedotýkajte ničoho, čoho sa dotýkajú aj iní.
- » Kýchajte alebo kašlite do papierovej vreckovky alebo do ohnutého lakťa a zároveň sa pritom odvracajte od ostatných ľudí.
- » Nesiahajte si rukou na tvár (ústa, nos, oči).
- » Pravidelne a dôkladne si umývajte ruky (30 sekúnd) mydlom a/alebo dezinfikujte ich vhodnými prípravkami. Najmä vtedy, keď prídete domov zvonku alebo keď ste sa dotýkali nejakých predmetov či povrchov.
- » Pravidelne čistite povrchy, ktorých sa dotýkate a ktorých sa dotýkajú aj ostatní alebo si predtým dezinfikujte ruky.
- » Pravidelne a dôkladne vetrajte miestnosti, v ktorých sa zdržiavajú aj iné osoby, aby bolo riziko infekcie čo najmenšie. Je lepšie vyhnúť sa uzavretým priestorom, v ktorých sa zdržiavajú aj iné osoby.

Pozor: Ako osoba, ktorá poskytuje osobnú starostlivosť, máte v tejto situácii osobitnú zodpovednosť voči osobe, o ktorú sa staráte. Vyvarujte sa teda situáciám, v ktorých ste vystavení vyššiemu riziku infekcie!



TOVÁBBRA IS FONTOS: KERÜLJE A FERTŐZÉS KOCKÁZATÁT!

Még akkor is, ha egyre több embert oltanak be: A koronavírus és a járvány kordában tartása és a normális élethez való visszatérés érdekében elengedhetetlen, hogy továbbra is betartsuk a már begyakorolt elővigyázatossági és viselkedési szabályokat.

Figyelem: A koronavírus különféle **mutációi**, amelyek általában gyorsan terjednek, még tovább növelik a fertőzés kockázatát, mert a vírusok könnyebben áttérjednek egyik emberről a másikra. Tehát az óvatosság és a helyes viselkedés még fontosabbá válik.

A koronavírus elleni óvintézkedések pozitív „mellékhatása”: az influenza terjedését sikerült idén jelentősen csökkenteni.

Hogyan védheti meg **magát és másokat** a fertőzéstől:

- » Viseljen száját és orrot takaró maszkot. Az egyszerű maszk nem nyújt megbízható védelmet a vírusok ellen, de beszéd, köhögés és tüszögés esetén csökkenti a vírusok kibocsátását, illetve azok "tartományát". Úgynevezett **FFP2 maszkok** biztosítanak nagy százalékban védelmet az aktív fertőzések ellen, ezért nemrégiben számos területen kötelezővé tették őket.
- » Tartson távolságot más emberektől, **legalább 2 métert**, még a szabadban is.
- » Csökkentse az érintkezést, kerülje a tömeget.
- » Ne fogjon kezét senkivel, üdvözlésként ne adjon puszit és ne öleljen meg senkit.
- » Ne érintsen meg lehetőség szerint semmit, amit mások is megérintenek.
- » Tüszsentsen vagy köhögjön papírsebkendőbe vagy a karhajlatba, miközben elfordul a többi embertől.
- » Ne érjen a kezével az arcához (száj, orr, szem).
- » Rendszeresen és alaposan (30 másodpercig) mosson kezet szappannal és/vagy fertőtlenítse megfelelő készítményekkel. Különösen akkor, ha kintről hazaérünk, vagy bármilyen tárgyhoz vagy felülethez hozzánk.
- » Rendszeresen tisztítsa meg azokat a felületeket, amelyekhez hozzánk, és amelyeket mások is megérintenek, illetve még megérintés előtt fertőtlenítsen.
- » Szellőztessen rendszeresen és alaposan azokat a helyiségeket, ahol más emberek is tartózkodnak, hogy a fertőzésveszély a lehető legkisebb legyen. Jobb kerülni a zárt szobákat, ahol mások is tartózkodnak.

Figyelem: Gondozóként Ön természetesen ebben a helyzetben is különleges felelősséggel tartozik az az ember iránt, akit gondoz. Tehát kerülje azokat a helyzeteket, amelyekben Ön nagyobb fertőzésveszélynek van kitéve!

Der Wunsch nach Normalität

Die Bekämpfung der Corona-Pandemie dürfte nun in eine entscheidende Phase getreten sein. In einer bisher beispiellosen weltweiten Kraftanstrengung ist es Forscherinnen und Forschern bereits nach knapp einem Jahr intensivster Bemühungen gelungen, mehrere sichere und verlässliche Impfstoffe zu entwickeln, die auch die strengen Kriterien der EU-Zulassungsregeln erfüllen konnten. Weitere werden wohl folgen. Nun werden diese Impfstoffe – freiwillig und kostenlos – jenen verabreicht, die sich und andere vor einer Infektion schützen wollen. Da derzeit noch nicht genügend Impfstoffe vorhanden sind, um alle, die es wünschen, sofort impfen zu können, wird je nach Verfügbarkeit nach einem Impfplan vorgegangen. Zu Hause betreuten Menschen und ihren in der 24-Stunden-Betreuung tätigen selbstständigen Betreuungspersonen wurde dabei in der aktuellen Phase neben anderen Bevölkerungsgruppen Priorität eingeräumt.

Im Namen vieler Tausend Betreuer und Ihrer Angehörigen bedanke ich mich bei Ihnen für Ihren Beitrag zu einer sicheren Betreuung zu Hause und bitte Sie, jetzt in dieser Phase – nicht zuletzt angesichts hochinfektiöser Virusmutationen – in Ihrer verantwortungsvollen Umsicht nicht nachzulassen. Wir alle wünschen uns wieder Normalität. Wir sind hoffentlich auf dem Weg dahin.

DORINȚA DE NORMALITATE
Este probabil ca lupta împotriva pandemiei să fi intrat într-o fază decisivă. Într-un efort global fără precedent, după aproape un an de eforturi intense, cercetătorii au reușit să dezvolte mai multe vaccinuri sigure și fiabile care, la rândul lor, au reușit să îndeplinească criteriile stricte ale normelor de aprobare ale UE. Vor urma și altele. Acum aceste vaccinuri – în mod voluntar și gratuit – sunt administrate celor care doresc să se protejeze pe ei înșiși și pe ceilalți de infecție. Deoarece în prezent nu există suficiente vaccinuri disponibile pentru a vaccina pe oricine dorește imedi-

at, se va utiliza un program de vaccinare în funcție de disponibilitate. În faza actuală, persoanele îngrijite acasă și asistenții lor independenți care lucrează în îngrijirea permanentă au primit prioritate alături de alte grupe ale populației.

În numele a mii de asistenți de îngrijire personală și al rudelor lor, vă mulțumesc pentru contribuția dvs. la îngrijirea în condiții de siguranță la domiciliu și vă rog să perseverați în îngrijirea dvs. responsabilă în acest stadiu – nu în ultimul rând, având în vedere mutațiile virale extrem de infecțioase. Cu toții vrem să revenim la normal. Sperăm că ne îndreptăm în această direcție.

TŪŽBA PO NORMÁLNOSTI
Je pravdepodobné, že boj proti pandémie koronavírusu teraz vstupuje do rozhodujúcej fázy. V bezprecedentnom globálnom úsilí sa vedcom po takmer roku intenzívneho úsilia podarilo vyvinúť niekoľko bezpečných a spoľahlivých vakcín, ktoré boli schopné splniť aj prísne kritériá schvaľovacích pravidiel EÚ. Ďalšie budú pravdepodobne nasledovať. Teraz sa tieto vakcíny – dobrovoľne a bezplatne – poskytujú tým, ktorí chcú chrániť seba a ostatných pred infekciou. Keďže v súčasnosti nie je k dispozícii dostatok vakcín na okamžité očkovanie kohokoľvek, kto si to želá, postupuje sa podľa očkovacieho plánu v závislosti od dostupnosti vakcín. V súčasnej fáze boli osoby, ktorým sa poskytuje domáca starostlivosť, a ich nezávislí opatrovatelia a opatrovatelky pracujúci v rámci 24-hodinovej starostlivosti uprednostnení spolu s ostatnými skupinami obyvateľstva.

V mene tisícov opatrovaných osôb a ich príbuzných vám ďakujem za váš príspevok k bezpečnej domácej starostlivosti a prosím vás, aby ste sa teraz v tejto fáze nevzdali svojej zodpovednej obozretnosti – v neposlednom rade vzhľadom na vysokú infekčné mutácie vírusu. Všetci sa chceme vrátiť do normálu. Dúfame, že sme na ceste k normálnemu životu.

A NORMALITÁS IRÁNTI VÁGY
A koronajárvány elleni küzdelem valószínűleg most döntő szakaszba lépett. Példa nélküli globális erőfeszítéssel, majdnem egy évig tartó intenzív erőfeszítések után a kutatóknak sikerült több olyan biztonságos és megbízható oltóanyagot kifejleszteni, amelyek képesek voltak megfelelni az EU-s jóváhagyási szabályok szigorú kritériumainak is. Valószínűleg több is következik majd. Ezeket az oltásokat – önként és ingyenesen – azok kapják meg, akik meg akarják védeni magukat és másokat a fertőzésektől. Mivel jelenleg nem áll rendelkezésre elegendő oltóanyag azonnali beoltáshoz, az oltási ütemtervet a rendelkezésre állás függvényében alkalmazzuk. A jelenlegi szakaszban az otthon gondozott emberek és a 24 órás gondozásban dolgozó független gondozóik részesültek előnyben más népességcsoportok mellett.

Több ezer gondozó és hozzátartozójuk nevében köszönöm az otthoni biztonságos ápoláshoz nyújtott hozzájárulását, és arra kérem, hogy ebben a szakaszban ne változtasson felelősségteljes hozzáállásán – nem utolsósorban a rendkívül fertőző vírusmutációk miatt. Mindannyian szeretnénk visszatérni a normális kerékvágásba. Remélhetőleg úton vagyunk oda.



Ihr Andreas Herz
Fachverbandsobmann
Președintele asociației
Predseda odborného združenia
Szövetségi elnök

let's cook

CHAMPIGNONREIS

OREZ DE CIUPERCI / ŠAMPIŇONOVÁ RYŽA /
GOMBÁS RIZS



Zutaten für 4 Portionen

- » 500 g Champignons
- » 30 g Butter
- » 500 g Reis
- » 1 Zwiebel (kleingeschnitten)
- » Petersilie (kleingeschnitten)
- » Pfeffer
- » Salz

Zubereitung

Die Champignons blättrig schneiden. Butter zerlassen und Zwiebeln rösten. Champignons und Petersilie dazugeben und ca. 10 Minuten dünsten lassen.

Reis dazugeben und mit 3/4 l Wasser aufgießen, würzen und zugedeckt ca. 20 Minuten dünsten. Den Champignonreis heiß servieren.

Ingrediente pentru 4 porții

- » 500 g ciuperci
- » 30 g unt
- » 500 g orez
- » 1 ceapă (tocată)
- » pătrunjel (tocat)
- » piper
- » sare

Mod de preparare

Tăiați ciupercile în fâșii. Topiți untul și prăjiți ceapa. Adăugați ciupercile și pătrunjelul și înăbușiți timp de aproximativ 10 minute.

Adăugați orez și turnați 750 ml de apă, condimentați, acoperiți și lăsați timp de aprox. 20 de minute. Serviți orezul cu ciuperci fierbinte.

Suroviny pre 4 porcie

- » 500 g šampiňonov
- » 30 g masla
- » 500 g ryže
- » 1 cibuľa (nakrájaná na drobno)
- » petržlenová vňať (nasekaná)
- » korenie
- » soľ

Príprava

Šampiňony nakrájame na tenké plátky. Maslo rozpustíme a cibuľu opražíme. Pridáme šampiňony a petržlenovú vňať a necháme dusiť asi 10 minút.

Potom pridáme ryžu a zalejeme 750 ml vody, okoreníme a prikryté dusíme cca 20 minút. Šampiňonový ryžu servírujeme horúcu.

Hozzávalók 4 adaghoz

- » 500 g gomba
- » 30 g vaj
- » 500 g rizs
- » 1 hagyma (apróra vágva)
- » Petrezselyem (apróra vágva)
- » Bors
- » Só

Elkészítés

Felvágjuk a gombát. Megolvasztjuk a vajat és megpirítjuk a hagymát. Hozzáadjuk a gombát és a petrezselymet, és kb. 10 percig főzzük.

Hozzáadjuk a rizst, felöntjük 750 ml vízzel, fűszerezünk, és lefedve kb. 20 percig pároljuk. A gombás rizst forrón tálaljuk.

|| Gutes Gelingen!

Mult succes! / Veľa úspechov! / Jó étvágyat!

www.ichkoche.at

Kontakt



BURGENLAND

Robert-Graf-Platz 1
7000 Eisenstadt
T 05/90907-3120
F 05/90907-3115
E alexander.krail@wkbgl.d.at
<http://wko.at/bgld>



KÄRNTEN

Europaplatz 1
9021 Klagenfurt am Wörthersee
T 05 90 90 4 160
F 05 90 904 164
E innungsgruppe7@wkk.or.at
<http://wko.at/ktn/personenbetreuung>



NIEDERÖSTERREICH

Wirtschaftskammer-Platz 1
3100 St Pölten
T +43 2742 851-19190
F +43 2742 851-19199
E dienstleister.gesundheit@wknoe.at
www.wko.at/noe/personenberatung-personenbetreuung



OBERÖSTERREICH

Hessenplatz 3
4020 Linz
T 05/90909-4145
F 05/90909-4149
E pb@wkooe.at
wko.at/ooe/personenberatung_betreuung



SALZBURG

Julius-Raab-Platz 1
5027 Salzburg
T 0662 8888 279
F 0662 8888 679279
E jhager@wks.at
wko.at/sbg/lbundpb



STEIERMARK

Körblergasse 111-113
8010 Graz
T 0316/601-530
F 0316/601-424
E dienstleister@wkstmk.at
www.betreuung-stmk.at



TIROL

Wilhelm-Greil-Straße 7
6020 Innsbruck
T 05 90 90 5-1284
F 05 90 90 5-51284
E personenbetreuung@wktirol.at
www.personenberatung-personenbetreuung.at



VORARLBERG

Wichnergasse 9
6800 Feldkirch
T 05522/305-279
F 05522/305-143
E Beratung@wkv.at
www.wkv.at/betreuung



WIEN

Straße der Wiener Wirtschaft 1
1020 Wien
T +43 1 514 50 2302
F 01 514 50 92302
E personenberatung@wkw.at
www.wko.at/wien/personenberatung



IMPRESSUM

Herausgeber und Medieninhaber:
Wirtschaftskammer Österreich
Fachverband Personenberatung
und Personenbetreuung
Wiedner Hauptstraße 63, 1045 Wien
Text: Dr. Wolfgang Wildner
Design: DI (FH) Irene Fauland,
kreativnetzwerk.at
Übersetzung: Institut für
Internationale Übersetzungen
Druck: Druckhaus Thalerhof GesmbH
Fotos: Adobe Stock & Shutterstock



www.daheimbetreut.at