



**Hausengel**  
rundum versorgt



Opieka w czasach COVID-19:

## Co należy wiedzieć przed wyjazdem

Cieszymy się, że są Państwo częścią rodziny Hausengel i w tych trudnych czasach wykonują tak ważną i wymagającą pracę, jaką jest opieka nad osobami starszymi i chorymi. Wnoszą Państwo tym samym wiele radości w życie swoich podopiecznych i wpływają pozytywnie na jakość ich życia. Zawód opiekuna seniora wiąże się również ze szczególną odpowiedzialnością. Pandemia COVID-19 nie została jeszcze przezwyciężona, dlatego ważne jest, aby zarówno przed wyjazdem do Niemiec, jak i na co dzień odpowiednio dbać o bezpieczeństwo swoje, jak i ludzi wokół..

**Poniżej wskazówki, o czym należy wiedzieć przed wyjazdem:**

**Przepisy dotyczące wjazdu do Niemiec i kwarantanny:**

- ✓ Od 1 czerwca 2022 r. osoby wjeżdżające do Niemiec nie muszą przedstawiać dowodu, że zostały zaszczepione przeciwko koronawirusowi, certyfikatu ozdrowieńca ani negatywnego wyniku testu na koronawirusa.
- ✓ Wyjątek stanowi wjazd z obszaru występowania mutacji wirusa. W tym przypadku nadal obowiązują dotychczasowe przepisy obejmujące cyfrową rejestrację wjazdu, poddanie się testowi oraz kwarantannie. Aktualne obszary występowania mutacji wirusa można znaleźć na [stronie internetowej Instytutu Roberta Kocha](#).
- ✓ Wszystkie szczepionki uznane przez WHO są obecnie uznawane za dowód szczepienia. Należą do nich na przykład Sinova, Sinopharm lub Coronavac od producentów chińskich lub Covaxin od producenta indyjskiego.

**Odpowiednie zachowanie i środki higieny w celu ochrony przed infekcjami wirusowymi:**

**W podróży:**

- ✓ Zastaniać usta i nos w trakcie całej podróży maseczką typu FFP2 lub chirurgiczną
- ✓ Korzystać ze środków do dezynfekcji rąk
- ✓ Higienicznie kaszleć i kichać (w zgięcie łokcia lub w chusteczkę)
- ✓ Postępować zgodnie z wytycznymi przewoźnika

**Zachowanie w codziennej opiece w środowisku domowym:**

- ✓ Chronić siebie i swoje otoczenie, biorąc pod uwagę zalecane zachowania i środki higieny
- ✓ Obowiązkowo nosić maseczkę typu FFP2 lub chirurgiczną w środkach masowego transportu. W przestrzeni publicznej (np. podczas zakupów) jest to zalecane
- ✓ Regularnie wietrzyć pomieszczenia

- ✓ Upewnić się, że goście z zewnątrz przestrzegają również zasad higieny (mycie rąk, zachowanie dystansu, higieniczny kaszel/kichanie)
- ✓ Zredukować fizyczne kontakty międzyludzkie do minimum
- ✓ Każda opiekunka Hausengel ma ubezpieczenie wypadkowe, OC i zdrowotne. Ubezpieczenie pokrywa także zarażenie koronawirusem

### **Prawidłowe korzystanie z maseczki:**

Maska ochronna działa tylko wtedy, gdy jest prawidłowo założona. Może służyć jako dodatkowy środek ochronny. Należy również pamiętać o następujących kwestiach:

- ✓ Tylko jedna osoba powinna używać tej samej maseczki
- ✓ Należy dokładnie umyć ręce przed założeniem maseczki ochronnej (co najmniej 20 do 30 sekund mydłem. Wskazówka: dwukrotne zaśpiewanie „Happy Birthday to you” - o ile trzymamy ręce pod wodą)
- ✓ Podczas zakładania upewnić się, że nos i usta są zakryte pod brodą, a maseczka jest jak najbliżej krawędzi
- ✓ Unikać dotykania i przesuwania maseczki ochronnej podczas noszenia
- ✓ Podczas zdejmowania należy unikać dotykania zewnętrznej części maseczki ochronnej, ponieważ może ona zawierać patogeny. Chwycić boczne zakładki lub sznurki i ostrożnie je rozwiązać lub odsunąć
- ✓ Po zdjęciu dokładnie umyć ręce
- ✓ Maseczka materiałowa, którą otrzymali Państwo od Hausengel powinna być regularnie prana najlepiej w temperaturze 90°C lub co najmniej w 60°C. Przed ponownym użyciem proszę upewnić się, że jest całkowicie sucha

### **Co należy zrobić w przypadku podejrzenia zakażenia:**

Jeżeli występują oznaki choroby, które mogą wskazywać na zakażenie SARS-CoV-2, należy przestrzegać ważnych zasad postępowania:

- ✓ Proszę zostać w domu i ograniczyć bezpośrednie kontakty
- ✓ Proszę uzyskać poradę telefoniczną: należy zadzwonić do dyżurnej służby medycznej w Niemczech pod numer **116117**
- ✓ Proszę postępować według zaleceń lekarza
- ✓ Jeśli zostaną Państwo poddani testowi, należy pozostać w domu do czasu uzyskania wyniku i ograniczyć bezpośrednie kontakty
- ✓ Proszę skontaktować się ze swoim osobistym koordynatorem Hausengel, wesprzemy Państwa w dalszym procesie

Wszystkie te informacje i aktualne zmiany można również znaleźć na [naszej stronie internetowej](#).

Informacje o zakażeniach i środkach działania przeciw koronawirusowi można również znaleźć [na stronie internetowej Instytutu Roberta Kocha](#).

W razie pytań lub wątpliwości wszelkich informacji udzieli Państwa osobisty koordynator.

Życzymy zdrowia!

Stan: czerwiec 2022

