



instrukcja bezpieczeństwa

na czas pandemii



Czym jest COVID-19 i jak się objawia?

COVID-19 to choroba wywoływana przez koronawirus SARS-Cov-2. Najczęściej występujące objawy choroby to gorączka, kaszel, duszność, problemy z oddychaniem. Chorobie mogą towarzyszyć bóle mięśni i zmęczenie. Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) okres inkubacji, czyli okres od zarażenia pacjenta a początkiem występowania u niego objawów, waha się pomiędzy 1-14 dni, najczęściej jest to około 5 dni. Natomiast u części zarażonych objawy mogą w ogóle nie występować. Niestety osoby bez objawów mogą być źródłem zakażenia.

Więcej szczegółowych informacji o COVID-19 znajdziesz na rządowej stronie pod adresem:

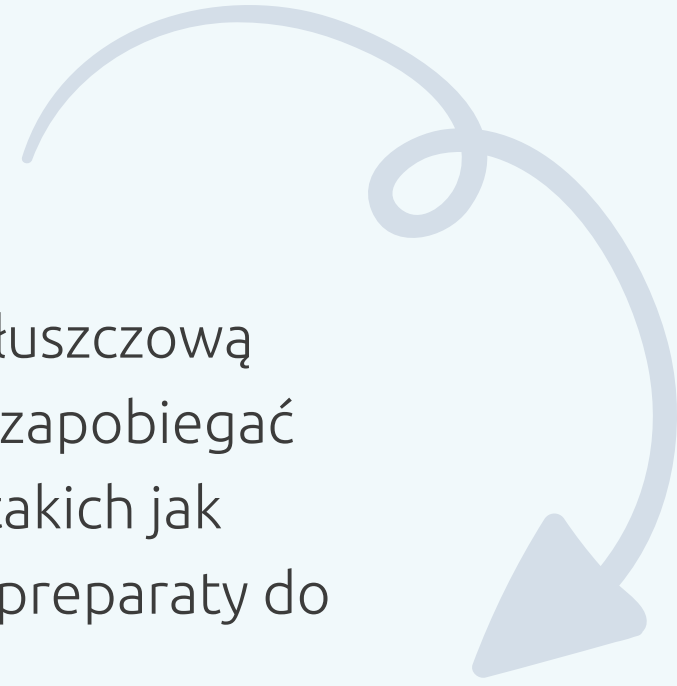
<https://www.gov.pl/web/koronawirus/porady>

Jak się chronić przed koronawirusem?

Koronawirus to wirus RNA osłonięty błoną tłuszczową (lipidową). Dzięki takiej budowie można mu zapobiegać przez zastosowanie środków chemicznych, takich jak zwykłe mydło, alkohol min. 60-70%, a także preparaty do dezynfekcji i inne wirusobójcze.

Należy także stosować się do obowiązujących ograniczeń wprowadzanych przez rząd, m.in.:

- ograniczenie wychodzenia z domu do niezbędnego minimum,
- zakładanie masek ochronnych na twarz oraz rękawiczek podczas przebywania w miejscach publicznych,
- zachowanie min. 2-metrowego odstępu od innych osób,
- kaszlenie i kichanie w rękaw,
- częste mycie i dezynfekowanie dłoni,
- unikanie spotkań z innymi osobami,
- kontakt z lekarzem w przypadku wystąpienia objawów COVID-19 albo podejrzeń, że mogło dojść do zarażenia.



Pakiet bezpieczeństwa dla Opiekunek Active Care

Bezpieczeństwo nabiera dzisiaj zupełnie nowego znaczenia. W tych niespokojnych czasach chcemy zapewnić naszym Opiekunkom zarówno warunki, które pomogą im chronić zdrowie jak i rozwiązania, gwarantujące komfort psychiczny. W ten sposób powstał nasz Pakiet bezpieczeństwa dla Opiekunek Active Care. Zobacz, co zawiera.

Pakiet bezpieczeństwa dla Opiekunek Active Care

Legalne zatrudnienie jakie oferuje nasza agencja zapewnia Opiekunkom pełne ubezpieczenie zdrowotne, z którego można skorzystać będąc zarówno w Polsce jak i w Niemczech. Oprócz tego na czas pandemii, każda Opiekunka Active Care otrzymuje od nas:

Certyfikowane maseczki ochronne wielokrotnego użytku

wykonane z materiału Evolon® nadający się do prania nawet w 95 st. C i do prasowania. Materiał jest antyalergiczny, nie uczula i nie powoduje podrażnień. Do ich produkcji wykorzystywane są także certyfikowane nici oraz guma z poświadczeniem jakości. Więcej o maseczkach ochronnych dla Opiekunek Active Care przeczytasz **TUTAJ**.

Oświadczenie w języku niemieckim uzasadniające poruszanie się na terenie Niemiec - Passierschein

Kontrole na granicach przybierają na sile, a niemiecka straż graniczna nie chce wpuszczać do kraju osób, które podróżują w innych celach niż zawodowe. Passierschein pozwala Opiekunkom swobodnie przemieszczać się do i z Niemiec, a także na terenie tego kraju.





Wsparcie koordynatora na czas podróży

Nie jest to zwyczajne wsparcie, jakie oferujemy Opiekunkom na co dzień. W naszej agencji codziennie weryfikujemy sytuację prawną w Polsce i w Niemczech. Sprawdzamy aktualność zamówionych busów i intensywnie działamy, by zapewnić Opiekunkom terminowe przejazdy. Oferujemy także pakiety ochronne:

- dopłaty dla podróżujących własnym samochodem (ustalane indywidualnie),
- intensywną pomoc w organizacji transportu i stały kontakt z koordynatorem na czas podróży (telefon alarmowy),
- w przypadku braku busa: zorganizowanie taksówek do najbliższych miast/miejsc, z których będzie możliwość odbioru Opiekunki (opłata taksówek nawet na dłuższych trasach w pełni pokrywana jest przez Active Care),
- przejęcie nieoczekiwanych kosztów podróży wynikłych z okoliczności niezależnych, jak np. zamknięcie określonej przestrzeni bądź brak możliwości przejazdu przez granice (w takich sytuacjach firma pozostanie w stałym kontakcie i nie zostawi Opiekunki samej sobie).

Pakiet edukacyjny dla Opiekunek

Oprócz działań, mających na celu zapewnienie bezpiecznych i komfortowych przejazdów oraz warunków pracy, prowadzimy akcję edukacyjną. Zachęcamy Opiekunki do przestrzegania restrykcji związanych z higieną, a także ograniczaniem kontaktów z innymi osobami. Chcemy też, by czuły się pewnie wykonując swoją pracę za granicą. Dlatego opracowaliśmy Pakiet edukacyjny.

W ramach pakietu przekazujemy:

Poradnik Opiekunki

naszą publikację, usprawniającą opiekę nad osobami starszymi, zawierającą odpowiedzi na najczęściej zadawane pytania oraz instrukcje postępowania w różnych sytuacjach

Dostęp do materiałów językowych dla Opiekunek

na różnych poziomach zaawansowania językowego. Lekcje udostępniamy na platformie dostępnej na naszej stronie internetowej. Uczymy codziennych zwrotów i słownictwa związanego z wykonywanymi obowiązkami.

Instrukcję bezpieczeństwa na czas epidemii.

To dokument przygotowany z myślą o bezpieczeństwie Opiekunek w czasach COVID-19. Zawiera ścisłe instrukcje postępowania, podstawowe zasady profilaktyki zdrowotnej oraz wskazówki dotyczące korzystania z ubezpieczenia oraz postępowania w razie podejrzenia choroby.



Najczęściej zadawane pytania

Czy wyjazd do Niemiec jest bezpieczny?

W Active Care codziennie monitorujemy zmiany w zasadach przemieszczania się przez granicę. Dla naszych Opiekunek poszukujemy tylko tych przewoźników, którzy oferują przejazdy busami poniżej 9 osób oraz spełniają rygorystyczne standardy bezpieczeństwa. Należą do nich: obowiązkowe mierzenie temperatury u każdego podróżującego przed wejściem do pojazdu, pełna dezynfekcja pojazdu po i przed każdą podróżą, zapewnienie środków i chusteczek antybakteryjnych na pokładzie busu.

Oprócz tego naszym Opiekunkom zapewniamy maseczki ochronne wielokrotnego użytku i poradnik Instrukcja Bezpieczeństwa Na Czas Epidemii, zawierający ściśle instrukcje postępowania, podstawowe zasady profilaktyki zdrowotnej oraz wskazówki dotyczące korzystania z ubezpieczenia oraz postępowania w razie podejrzenia choroby.

Każda nasza Opiekunka otrzymuje także opiekę koordynatora oraz dostęp do telefonu alarmowego, z którego może skorzystać podczas podróży. Reagujemy na każdą sytuację, nie pozostawiamy Opiekunki samej sobie, zwracamy nieoczekiwane koszty podróży.

Jak zachować się w przypadku podejrzenia infekcji wirusowej?

W przypadku kontaktu z zarażonymi osobami, nawet jeśli nie występują jeszcze żadne objawy, należy zwrócić się do odpowiednich służb sanitarno-epidemiologicznych telefonicznie. Odpowiednią placówkę na terenie Niemiec znajdziesz na stronie Instytutu Roberta Kocha:

<https://tools.rki.de/PLZTool/>

W przypadku pojawienia się symptomów wirusa, należy powiadomić telefonicznie pogotowie w Niemczech pod numerem **116 117**. Jeśli przebywasz w Polsce skorzystaj z infolinii NFZ pod numerem **800 190 590**.

Ponieważ czas od zakażenia do wystąpienia pierwszych objawów może wynieść do 14 dni, pozostań w domu (ewentualnie pracuj zdalnie) przy jakimkolwiek podejrzeniu, że doszło do zarażenia. Koniecznie unikaj kontaktów z innymi osobami.

Bezwłocznie poinformuj również Active Care zarówno o infekcji jak i jej podejrzeniu, abyśmy mogli odpowiednio zareagować i zapewnić Ci opiekę.

Najczęściej zadawane pytania

Czy moje ubezpieczenie pokrywa leczenie koronawirusa w Niemczech?

Wszyscy nasi opiekunowie znajdujący się na zleceniu są zgłoszeni do ubezpieczeń w Polsce lub w Niemczech (w zależności od wybranego modelu). Oba systemy gwarantują pokrycie kosztów leczenia zdrowotnego (nie licząc chorób przewlekłych lub drobnych zabiegów estetycznych). Dotyczy to również ewentualnej infekcji koronawirusem. Opiekunka zakażona koronawirusem jest zatem objęta ubezpieczeniem zdrowotnym na terenie Niemiec i będzie leczona według przyjętych standardów.

Czy po przekroczeniu granicy w Niemczech muszę odbyć obowiązkową 14-dniową kwarantannę?

Od 10 kwietnia 2019 obowiązuje kwarantanna dla osób przekraczających granice (na razie do 19.04, z możliwością przedłużenia). Zwolnione z jej odbycia są m.in. osoby przyczyniające się do odciążenia systemu opieki zdrowotnej w Niemczech. W Rozporządzeniu wzorcowym mowa jest explicite o opiekunach i opiekunkach (Pfleger und Pflegerinnen) jako grupach zwolnionych z obowiązku kwarantanny w Niemczech.

Zakładając pewną dozę ostrożności związana z niejednoznacznością użytych w Rozporządzeniu pojęć, jak i z uwagi na dynamikę sytuacji, należy skonsultować kwestie kwarantanny w Niemczech

ze swoim osobistym koordynatorem w Polsce i na podejmować na tej podstawie autonomicznych decyzji.

Dlaczego warto pozostać w domu Podopiecznego i przedłużyć pobyt?

Każdej Opiekunce przebywającej na zleceniu u niemieckiej rodziny, zalecamy, aby nie przerywać kontraktu i nie wyjeżdżać, jeśli to możliwe, ale odpowiednio go przedłużyć. Warto to zrobić, ponieważ:

- Pracując w domu Podopiecznego stykasz się z niewielką liczbą osób w związku z czym ryzyko zachorowania jest stosunkowo niewielkie.
- Wracając do swojego kraju należy poddać się kwarantannie w swoim domu przez co najmniej dwa tygodnie razem ze wszystkimi domownikami.
- Niemcy są jednym z krajów o najlepszej dostępności leków i najlepszej opiece zdrowotnej.
- Ma to potwierdzenie w międzynarodowych statystykach.
- Niestety Polska w tych rankingach zajmuje odległe miejsca.
- Za przedłużenie pobytu przysługuje premia w wysokości 100 EUR.

Najczęściej zadawane pytania

Na jakie wsparcie ze strony rodziny mogę liczyć?

Podopieczni i ich rodziny zostały poinformowane o naszych zaleceniach, m.in. o konieczności maksymalnej izolacji oraz udzielenia pomocy w zakresie wykonywania zakupów i zapewnienia środków higieny. Uważamy również, że jeżeli nie jest to konieczne, Opiekunka nie powinna uczestniczyć w wydarzeniach, w których ma styczność z większą liczbą osób.

Gdzie można znaleźć informacje na temat sytuacji epidemiologicznej i prawnej w Niemczech?

Rzetelnym źródłem informacji na temat aktualnej sytuacji epidemiologicznej jest Instytut Roberta Kocha: <https://tools.rki.de/PLZTool/>. Natomiast jeśli chodzi o ograniczenia wprowadzone w Niemczech w celu zapobiegania rozprzestrzeniania się koronawirusa najbardziej wiarygodnym źródłem są strony rządowe. Zachęcamy też do zaglądania na nasz blog, na którym informujemy o bieżących decyzjach polskiego rządu oraz niemieckiego sztabu kryzysowego: <https://activecare24.pl/blog/>

Gdzie mam się zgłosić, aby uzyskać więcej informacji na temat mojego kontraktu?

W razie dodatkowych pytań pozostajemy do Twojej dyspozycji. **Telefon alarmowy będzie czynny codziennie w godzinach 8:00-22:00:**

Telefon stacjonarny do biura: (75) 644 08 36

Telefon alarmowy: 533 205 869

Znam niemiecki słabo. Jak mogę się przygotować do wyjazdu?

Na naszej stronie udostępniamy platformę do nauki języka niemieckiego dla Opiekunek. Zawiera ona lekcje na poziomie podstawowym oraz komunikatywnym, ściśle związane z opieką nad osobami starszymi.

Co piątek dodajemy nową lekcję, wprowadzającą i utrwalającą niezbędne słownictwo. Lekcje zawierają dialogi, zapis wymowy i obrazki, ułatwiające zapamiętywanie. Każda z nich rozwija umiejętności swobodnego posługiwania się językiem niemieckim podczas wykonywania obowiązków opiekunki.