

# DAHEIM BETREUT



**Initiative „PflegerIn mit Herz“:** Bitte vor den Vorhang! Hier finden Sie die ausgezeichneten PersonenbetreuerInnen! / **Inițiativa „Asistent personal cu suflet“:** Vă rog să faceți un pas în față! Aici veți găsi asistenți personali excelenți!

**Iniciatíva „Opatrovateľ(ka) so srdcom“:** Prosím, na scénu! Tu nájdete vynikajúčich opatrovateľov a opatrovateľky! / **„Gondozó teljes szívvel“ nevű kezdeményezés:** Kérjük, fáradjanak a színpadra! Itt olvashat kiváló gondozóinkról!

*Zuhause ist's  
am schönsten.*  
[www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)

# Fachgruppenobfrauen / Fachgruppenobmänner

Președinte grupuri profesionale / Președinți 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

# Betreuung zu Hause



In Würde altern ist ein Thema, das uns alle beschäftigen wird. Aktuelle Umfragen ergeben, dass sich der Großteil der Bevölkerung die Betreuung im Alter in den eigenen vier Wänden wünscht. In den vergangenen Jahren hat sich im Burgenland ein verlässliches und leistbares System selbstständiger Betreuungsdienstleistungen etabliert, das flexibel und maßgeschneidert ein Altern in Würde in den eigenen vier Wänden ermöglicht. Die burgenländischen Personenbetreuer organisieren kompetent die Betreuung Pflegebedürftiger im Zusammenspiel mit Pflegediensten, Freiwilligen und Angehörigen. Zudem unterstützen Sie die zu Betreuenden in ihrem Alltag. Um all diese Dinge nachvollziehbar zu machen, gibt es eine klare Qualitätssicherung:

- » Standes- und Ausübungsregeln laut gesetzlichen Verordnungen
- » Handlungsleitlinien für den Notfall
- » Verpflichtung zur Dokumentation
- » Führung eines Haushaltsbuches
- » Verschwiegenheitspflicht
- » Delegation pflegerischer bzw. ärztlicher Tätigkeiten nach fachlicher Anleitung und Unterweisung nur im Einzelfall (schriftliche ärztliche Anordnung)

Die Personenbetreuerinnen und -betreuer leisten einen unverzichtbaren Beitrag für eine leistbare und verlässliche Betreuung zu Hause.



## SERVICIILE DE ÎNGRIJIRE ȘI ASISTENȚĂ LA DOMICILIU

Înaintarea în vârstă cu demnitate este un subiect care ne va preocupa pe toți. Sondajele actuale arată că majoritatea populației ar dori să fie îngrijită la bătrânețe în propria casă. În ultimii ani, în Burgenland a fost creat un sistem fiabil și accesibil de servicii de îngrijire independente, care permite o viață demnă la bătrânețe în propria casă, într-o manieră flexibilă și adaptată. Asistenții personali din Burgenland organizează în mod competent îngrijirea celor care au nevoie de îngrijire, în cooperare cu serviciile de asistență medicală, voluntarii și rudele. În plus, îi sprijiniți pe

cei aflați în îngrijire în viața lor de zi cu zi. Pentru a face toate aceste lucruri clare și sigure, există o asigurare clară a calității:

- » Norme profesionale și regulamentul de exercitare conform reglementărilor legale
- » Orientări privind situațiile de urgență
- » Obligația de documentare
- » Păstrarea unui registru de cheltuieli casnice
- » Obligația de respectare a confidențialității
- » Delegarea de activități de îngrijire sau medicale conform instrucțiunilor și indicațiilor profesionale numai în cazuri individuale (recomandare medicală scrisă)

Asistenții personali au o contribuție indispensabilă la îngrijirea la domiciliu la prețuri accesibile și de încredere.



## OPATROVANIE DOMA

Důstojné starnutie je téma, ktorá sa bude týkať nás všetkých. Súčasný prieskumy ukazujú, že väčšina populácie si v starobe želá starostlivosť u seba doma. V posledných rokoch sa v Burgenlande vybudoval spoľahlivý a cenovo dostupný systém nezávislých opatrovateľských služieb, ktorý umožňuje ľuďom dôstojné starnutie u nich doma vďaka svojej flexibilitate a službám prispôbených na mieru. Poskytovatelia opatrovateľských služieb v Burgenlande zodpovedne organizujú starostlivosť o tých, ktorí ju potrebujú, v spolupráci s ošetrovateľskými službami, dobrovoľníkmi a príbuznými. Okrem toho pomáhajú tým, ktorí sú odkázaní na pomoc, pri zvládaní bežných činností v každodennom živote. Aby sa všetky tieto záležitosti robili transparentne, existujú jasne definované pravidlá zabezpečenia kvality:

- » pravidlá profesie a jej vykonávania v súlade s právnymi predpismi,
- » zásady konania v prípade núdze,
- » povinnosť dokumentácie,
- » vedenie knihy domácnosti,
- » povinnosť zachovania mlčanlivosti,
- » delegovanie ošetrovateľských alebo

lekárskych činností podľa odborných pokynov a inštrukcií len v individuálnych prípadoch (písomný príkaz lekára), Opatrovatelia a opatrovatelky sú neodmysliteľnou súčasťou cenovo dostupnej a spoľahlivej domácej starostlivosti.



## GONDOZÁS OTTHON

A méltósággal megőregedés olyan téma, amely mindannyiunkat foglalkoztat. A jelenlegi felmérések azt mutatják, hogy a népesség nagy része azt szeretné, ha időskorukban saját lakásukban gondoznák őket. Az elmúlt években Burgenlandban egy olyan megbízható és megfizethető, önfoglalkoztatottak által végzett gondozási szolgáltatási rendszert alakítottak ki, amely rugalmas és testreszabott módon teszi lehetővé, hogy az emberek saját lakásukban méltósággal öregedjenek meg. A burgenlandi gondozók az ápolókkal, önkéntesekkel és rokonokkal együttműködve szervezik nagy hozzáértéssel az ellátásra szorulóknak gondozását. Ezenkívül támogatják a gondozottakat a mindennapi életükben. Egyértelmű minőségbiztosítással rendelkezünk annak érdekében, hogy az alábbiakat könnyen érthetővé tegyük:

- » Szakmai etikai és tevékenységgyakorlási szabályok a törvényerejű rendeletek szerint
- » Cselekvési iránymutatások vészhelyzetekre
- » Dokumentációs kötelezettség
- » Pénzügyi nyilvántartás vezetése
- » Titoktartási kötelezettség
- » Ápolói vagy orvosi tevékenységek kirendelése a szakmai utasítások és útmutatások szerint, kizárólag egyedi esetekben (írásbeli orvosi utasítás)

A gondozók nélkülözhetetlenül hozzájárulnak a megfizethető és megbízható otthoni gondozáshoz.

**Ing. Mag. Harald Zumpf**  
Fachgruppenobmann  
Președintele grupului profesional  
Predseda odbornej skupiny  
Szakcsoport elnök

# ÖQZ 24: alle zertifizierten Agenturen auf einen Blick

Seit Mai 2019 können sich Vermittlungsunternehmen für das freiwillige Gütesiegel ÖQZ 24, das „Österreichische Qualitätszertifikat für Vermittlungsagenturen in der 24-Stunden-Betreuung“, zertifizieren lassen. Es bringt nicht nur Kundinnen und Kunden, sondern auch selbstständigen Betreuungspersonen ein Plus an Orientierung. Alle bisher zertifizierten Agenturen finden Sie auf der Homepage [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at)!



Im Zuge des Zertifizierungsverfahrens mussten die Agenturen nachweisen, dass sie bestimmte, über die gesetzlichen Mindestanforderungen hinausgehende Qualitätsstandards erfüllen. Die Qualitätsrichtlinien betreffen sowohl das Verhältnis der Agenturen zu ihren Kundinnen und Kunden als auch ihre Beziehung zu den selbstständigen Personenbetreuerinnen und Personenbetreuern.

Verfügt eine Vermittlungsagentur über das ÖQZ-24-Gütesiegel, ist das ein Zeichen für einen besonders hohen Qualitätsanspruch. Weitere Agenturen befinden sich im Zertifizierungsprozess, die Liste wird laufend erweitert und ergänzt.

**Die wichtigsten das Verhältnis zwischen Vermittlungsagenturen und Personenbetreuerinnen betreffenden Zertifizierungskriterien:**

- » **Aufklärungspflicht über gesetzlich vorgegebene Rechte und Pflichten** sowie Regelungen und Maßnahmen zur Vermeidung einer Gefährdung von Leben und Gesundheit
- » **Abklärung der Notwendigkeit einer etwaigen Delegation von Pflēgetätigkeiten und medizinischen Tätig-**

**keiten** sowie Unterstützung und Dokumentation im Falle einer Erbringung

- » **Beratung und Unterstützung für adäquate Rahmenbedingungen** bei der Betreuung
- » **Geregelte Erreichbarkeit** für die Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer
- » **Transparente und aufgeschlüsselte Abrechnung**
- » **Bereitstellung einer standardisierten Betreuungsdokumentation**
- » **Bereitstellung eines Notfallplans**
- » **Konfliktmanagement bei Bedarf**
- » **Rechtlich einwandfreier, transparenter Organisationsvertrag**, bei Bedarf auch in der Muttersprache (wie auch sämtliche weiteren zu unterzeichnende Formulare und Vollmachten), ausschließliche Anwendbarkeit österreichischen Rechts

Weitere Informationen über das ÖQZ-24-Gütesiegel und alle zertifizierten Agenturen auf [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at)



**ÖQZ 24: TOATE AGENȚIILE CERTIFICATE DINTR-O PRIVIRE**

**Din mai 2019, agenȚiile de intermediere au fost certificate pentru sigiliul**

**voluntar al calității ÖQZ 24, „Certificatul austriac de calitate pentru agenȚiile de intermediere în domeniul serviciilor de îngrijire și asistență de 24 de ore din 24”. Aduce nu doar clienților, ci și asistenților personali independenți, un plus de orientare. Puteți găsi toate agenȚiile certificate până acum pe pagina principală [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at)!**

Pe parcursul procesului de certificare, agenȚiile au trebuit să demonstreze că îndeplinesc anumite standarde de calitate care depășesc cerințele minime legale. Orientările de calitate se referă atât la relația agenȚiilor cu clienții lor, cât și la relația acestora cu asistenții personali care desfășoară activități independente.

Dacă o agenție de intermediere are autorizația de a purta sigiliul calității ÖQZ-24, acesta este un semn al unui standard de calitate deosebit de ridicat. Alte agenții se află în proces de certificare, iar lista este în continuă extindere și completare.

**Cele mai importante criterii de certificare referitoare la relația dintre agenȚiile de intermediere și asistenții personali:**

- » Obligația de a furniza informații despre drepturile și obligațiile legale, precum și reglementări și măsuri pentru a evita periclitarea vieții și sănătății
- » Clarificarea necesității oricărei delegări de activități de îngrijire și de asistență medicală, precum și asistență și documentare în caz de furnizare
- » Consiliere și sprijin pentru condiții-cadru adecvate în îngrijire
- » Accesibilitate reglementată pentru asistenții personali
- » Facturare transparentă și defalcată
- » Furnizarea de documentații de asistență standardizate
- » Furnizarea unui plan de urgență
- » Gestionarea conflictelor când este nevoie
- » Contract de organizare transparent, perfect din punct de vedere legal, dacă este necesar și în limba maternă (ca și toate celelalte forme și împuterniciri care trebuie semnate), aplicabilitatea exclusivă a dreptului austriac

Mai multe informații despre sigiliul calității ÖQZ-24 și toate agenȚiile certificate la [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at)



**ÖQZ 24: STRUČNÝ PREHLAD VŠETKÝCH CERTIFIKOVANÝCH AGENTÚR**

**Od mája 2019 sa môžu sprostredkovateľské agentúry nechať dobrovoľne certifikovať a získať rakúsku pečať kvality ÖQZ 24 – „Rakúsky certifikát kvality pre sprostredkovateľské agentúry pôsobiace v oblasti 24-hodinovej starostlivosti“. Vďaka nemu sa môžu lepšie zorientovať nielen zákazníci, ale aj nezávislí poskytovatelia opatrovateľských služieb. Všetky doteraz certifikované agentúry nájdete na domovskej stránke [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at)!**

V priebehu certifikačného procesu museli agentúry preukázať, že spĺňajú určité kvalitatívne normy, ktoré presahujú zákonom stanovené minimálne požiadavky na kvalitu. Usmernenia pre kvalitu sa týkajú tak vzťahu agentúry k ich zákazníkom, ako aj ich vzťahu k nezávislým opatrovateľkám a opatrovateľom.

Ak má sprostredkovateľská agentúra pečať kvality ÖQZ-24, znamená to, že kladie mimoriadne vysoké nároky na kvalitu. Ďalšie agentúry sa nachádzajú v procese certifikácie a zoznam sa priebežne rozširuje a dopĺňa.

**Najdôležitejšie certifikačné kritériá týkajúce sa vzťahu medzi sprostredkovateľskými agentúrami a opatrovateľmi:**

- » Povinnosť poskytovať informácie o zákonných právach a povinnostiach, ako aj o nariadeniach a opatreniach na zabránenie ohrozenia života a zdravia.
- » Objasnenie nutnosti eventuálneho delegovania ošetrovateľských a lekárskeho činností, ako aj pomoc a dokumentácia v prípade poskytovania.
- » Poradenstvo a podpora za účelom primeraných rámcových podmienok pri poskytovaní starostlivosti.
- » Regulovaná dostupnosť pre opatrovateľov a opatrovateľky.
- » Transparentné a podrobne rozpísané vyúčtovanie.
- » Poskytnutie štandardizovanej dokumentácie súvisiacej s opatrovaním.
- » Poskytnutie plánu pre núdzové situácie.
- » Riadenie konfliktov v prípade potreby.
- » Právne bezchybná, transparentná organizácia zmluva, v prípade potreby aj v rodnom jazyku (vrátane všetkých ostatných formulárov a splnomocnení, ktoré sa majú podpísať), výlučná uplatniteľnosť rakúskeho práva.

Viac informácií o pečati kvality ÖQZ-24 a všetkých certifikovaných agentúrach nájdete na stránke [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at)



**ÖQZ 24: AZ ÖSSZES TANÚSÍTOTT ÜGYNÖKSÉG ÁTTEKINTÉSE**

**2019 májusa óta a közvetítő ügynökségek az ÖQZ 24, azaz a „24 óras gondozással foglalkozó intézetek számára létrehozott osztrák minőségi tanúsítvány” önkéntes tanúsító védjegyével tanúsíthatják magukat. Ez nemcsak az ügyfeleknek, hanem az önfoglalkoztatott gondozóknak is iránymutatást ad. Minden eddig tanúsított ügynökséget megtalálhat a [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at) honlapon!**

A tanúsítási folyamat során az ügynökségeknek bizonyítaniuk kellett, hogy megfelelnek bizonyos, a törvényi minimális követelményeket meghaladó minőségi előírásoknak. A minőségi iránymutatások mind az ügynökségek ügyfelekhez való viszonyára, mind az önfoglalkoztatott gondozókkal való kapcsolatára vonatkoznak

Ha a közvetítő ügynökség rendelkezik az ÖQZ-24 tanúsító védjeggyel, az egy különösen magas minőségi szintet jelent. További ügynökségek vesznek részt a tanúsítási folyamatban, a listát folyamatosan bővítjük és kiegészítjük.

**A legfontosabb tanúsítási kritériumok, amelyek a közvetítő ügynökségek és a gondozók közötti kapcsolatra vonatkoznak:**

- » Tájékoztatási kötelezettség a törvény által előírt jogok és kötelezettségek, valamint az életre és az egészségre jelentett veszély elkerülésére vonatkozó rendeletek és intézkedések kapcsán
- » Az ápolási és orvosi tevékenységek kirendelésével kapcsolatos szükségesség tisztázása, valamint támogatás és dokumentáció tevékenységnyújtás esetén
- » Tanácsadás és támogatás az ellátás megfelelő keretfeltételeihez
- » Szabályozott elérhetőség a gondozók számára
- » Átlátható és tételes elszámolás
- » Az ápolás szabványosított dokumentálásának biztosítása
- » Vészhelyzeti terv biztosítása
- » Konfliktuskezelés, amennyiben szükséges
- » Jogilag kifogásolhatatlan, átlátható szervezeti szerződés, szükség esetén az anyanyelven is (mint ahogyan az összes többi aláírandó nyomtatvány és meghatalmazás), az osztrák jog kizárólagos alkalmazása

Az ÖQZ-24 tanúsító védjegyről és az összes tanúsított ügynökségről további információt a [www.oeqz.at](http://www.oeqz.at) weboldalon talál.

# Pflegerinnen/Pfleger mit Herz ausgezeichnet

Im Zuge einer großen Abschlussgala wurden auch heuer wieder PflegerInnen mit Herz aus allen österreichischen Bundesländern in drei Kategorien vor den Vorhang geholt.

Die glanzvolle Abschlussveranstaltung der bundesweiten, unter anderen von der Wirtschaftskammer Österreich sowie dem Fachverband und den Fachgruppen Personenberatung und Personenbetreuung getragenen Initiative „PflegerInnen mit Herz 2019“ ging am 21. Jänner 2020 in der „Grand Hall“ des „Erste Campus“ in Wien über die Bühne. In drei Kategorien, darunter der „24-Stunden-Betreuung“, war von einer aus hochkarätigen Expertinnen und Experten zusammengesetzten Jury aus Tausenden Einreichungen für jedes Bundesland je eine Preisträgerin bzw. ein Preisträger pro Kategorie gekürt worden. Die Gewinnerinnen und Gewinner durften sich nicht nur über öffentliche Aufmerksamkeit und Wertschätzung, sondern auch über Geldpreise von jeweils 3000 Euro freuen. Überreicht wurden die Preise unter anderem vom Präsidenten der Wirtschaftskammer Österreich, Harald Mahrer, sowie dem Obmann des Fachverbands Personenberatung und Personenbetreuung, Andreas Herz. Neben der 24-Stunden-Betreuung wurden auch Preise in den Kategorien „Pflege- und Betreuungsberufe“ sowie „pflegende Angehörige“ vergeben.

Bereits deutlich über 60.000 selbstständige Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer sind zurzeit in Österreich tätig. Ihre Aufgabe: Menschen, die ihren Alltag nicht mehr auf sich allein gestellt bewältigen können, zu Hause in ihren eigenen vier Wänden zu unterstützen und quasi rund um die Uhr für sie da zu sein. Damit erbringen sie eine Leistung, deren persönlicher und

gesellschaftlicher Wert gar nicht hoch genug eingeschätzt werden kann. Denn ohne das Engagement selbstständiger Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer könnte eine leistbare Betreuung von Menschen zu Hause in ihren eigenen vier Wänden heute und in den kommenden Jahren und Jahrzehnten wohl kaum aufrechterhalten werden. Aktuell beziehen rund 455.000 Österreicherinnen und Österreicher Pflegegeld. Der größte Teil davon, nämlich 84 Prozent, wird zu Hause gepflegt – von Angehörigen, mobilen Diensten oder in 24-Stunden-Betreuung.

Und die Zahl der Pflegebedürftigen steigt in Österreich weiter kontinuierlich an. Laut Prognosen werden im Jahr 2050 mehr als zwei Millionen Österreicherinnen und Österreicher älter als 65 Jahre sein, 750.000 Menschen – und damit 300.000 mehr als heute – werden pflegebedürftig sein. Mit fortschreitendem Alter steigt zudem die Wahrscheinlichkeit, an Demenz zu erkranken. Derzeit leben 130.000 Österreicherinnen und Österreicher mit demenziellen Beeinträchtigungen. Aber auch diese Zahl wird rapide ansteigen und sich bis zum Jahr 2030 verdoppeln. Eine Entwicklung, die das heimische Pflegesystem vor große Herausforderungen stellen wird. Laut Prognosen wird Österreich im Jahr 2050 rund 79.000 zusätzliche Pflegekräfte benötigen.

Ziel der Initiative „Pfleger/Pflegerin mit Herz“ ist es, jene Menschen, die diese gesellschaftlich so bedeutenden Pflege- und Betreuungsleistungen erbringen,

vor den Vorhang zu holen und damit das öffentliche Bewusstsein für die Themen Pflege und Betreuung gerade angesichts der demografischen Entwicklung, die den Bedarf nach Betreuungs- und Pflegedienstleistungen in den kommenden Jahren und Jahrzehnten weiter dramatisch ansteigen lassen wird, zu schärfen und dadurch das Berufsbild zu stärken.

## DAS SIND DIE GEWINNERINNEN IN DER KATEGORIE „24-STUNDEN-BETREUUNG“:

### Burgenland (Güssing): Zoltánné Horváth

„Es war mir schon immer wichtig, zu helfen und diejenigen zu trösten, die Hilfe brauchen. In meinem Beruf bedeutet es mir viel, wenn meine Klientinnen und Klienten zufrieden sind und lächeln. Es zeigt mir, dass ich meine Arbeit gut mache. Dass mir dies nun auch mit der Auszeichnung bestätigt wird, gibt mir neue Kraft.“

### Kärnten (Grafenstein): Anna Javorská

„Es ist für mich eine besondere Bereicherung, dass ich ‚mein‘ 105-jähriges ‚Mutterle‘ seit elf Jahren gemeinsam mit ihrer Tochter begleiten darf, auch wenn es nicht immer leicht ist. Zu sehen, wie zufrieden sie ist, und die einigen wenigen Momente, in denen sie mir ein kleines Lächeln schenkt sind der größte Dank und das schönste Geschenk.“

### Niederösterreich (Ybbs): Michaela Papp

„Ich arbeite seit 13 Jahren für die Familie Zimmerer – sie sind schon längst zu unserer Familie geworden. Empathie, Verständnis, Mitgefühl und Menschlichkeit sind in der Pflege ein Muss, denn jeder von uns wird einmal alt. Danke an ‚meine‘ Familie für die Nominierung, die mir zeigt, dass ich meine Sache gut mache!“

### Oberösterreich (Roßleithen): Adriána Čintalova

„Die Auszeichnung zur ‚Pflegerin mit Herz‘ bedeutet mir sehr viel! Es ist mir sehr wichtig, immer mein Bestes zu geben und mit viel Liebe meine Arbeit zu verrichten. Der schönste Lohn ist,

wenn ich sehe, wie Menschen durch meine Hilfe wieder ihre Lebensfreude gewinnen.“

### Salzburg (Stadt Salzburg): Zuzana Révay

„Es erfüllt mich mit Freude und Stolz, dass ich diese großartige Anerkennung erhalten habe. Ich widme diese Auszeichnung all meinen Kolleginnen und Kollegen, die diesen schweren, aber so schönen Pflegeberuf ebenfalls ausüben.“

### Steiermark (Graz): Martina Bednarova

„Mich um ein dementes Ehepaar zu

kümmern ist eine besondere Herausforderung, der ich mich täglich mit viel Herz stelle. Es macht mir große Freude, wenn ich die beiden zum Lächeln bringen kann. Dass mich die Angehörigen nominiert haben, ehrt mich sehr und zeigt mir, dass ich meine Arbeit gut mache!“

### Tirol (Biberwier): Daniela-Florina Trăilescu

„Meine Tätigkeit bietet mir viele Möglichkeiten, mit Menschen zusammenzuarbeiten und Neues kennenzulernen. Es ist schön, Erfolge zu erreichen und ‚meine Familie‘ hier in Tirol an meiner Seite zu wissen. Für meine Zukunft habe



Zoltánné Horváth



Anna Javorská



Michaela Papp



Adriána Čintalova



Zuzana Révay



Martina Bednarova



Daniela-Florina Trăilescu



Carol Varga Nagy



Timea Halászová

ich große Pläne, deshalb bilde ich mich berufsbegleitend im Gesundheitswesen weiter, um Krankenpflegerin zu werden.“

**Vorarlberg (Feldkirch):  
Carol Varga Nagy**

„Das Wichtigste in meinem Beruf ist, dass sich mein Patient wohlfühlt. Und dafür gebe ich mein Bestes – mit viel Liebe und von Herzen! Herzlichen Dank für die Auszeichnung.“

**Wien:  
Timea Halászová**

„Ich bin nun seit 13 Jahren als Pflegerin tätig und kümmere mich seit sieben Jahren um meine Patientin. In dieser Zeit habe ich gelernt, dass man in diesem Beruf neben Kompetenz und Fachwissen vor allem sehr viel Herz haben muss. Ich kümmere mich um meine Patientin, so, als ob sie meine eigene Mutter wäre. Diese Auszeichnung ist der schönste Lohn für meine Tätigkeit!“



**ASISTENȚI PERSONALI CU SUFLET  
DISTRINȚI CU PREMII**

**Pe parcursul unei mari gale de închidere, asistenȚii personali cu suflet din toate provinciile austriece au fost premiați din nou la trei categorii în acest an.**

Pe 21, a avut loc evenimentul de închidere plin de farmec al iniȚiativei la nivel naȚional „Carers with Heart 2019”, care a fost sponsorizat de Camera de Comerț din Austria, asociaȚia profesională și grupurile de specialiști în materie de consiliere și îngrijire personală. Ianuarie 2020, pe scena din „Sala Mare” a „Campusului Erste” din Viena. La trei categorii, printre care „Îngrijire timp de 24 de ore pe zi”, a fost ales câte un câștigător, respectiv câte o câștigătoare pentru fiecare land federal și pentru fiecare categorie, din mii de propuneri, de către un juriu de nivel înalt, format din experți și experte. Câștigătoarele și câștigătorii nu numai că s-au putut bucura de atenȚia și aprecierea publicului, ci și de premii în bani, în valoare de 3000 de euro fiecare. Premiile au fost înmânate, printre alȚii, de președintele Camerei de Comerț din Austria, Harald Mahrer și președintele AsociaȚiei pentru

consiliere și îngrijire personală, Andreas Herz. În plus față de îngrijirea timp de 24 de ore pe zi, au fost acordate premii și la categoriile „Profesii de îngrijire și asistenȚă”, precum și „Membri aparȚinători care oferă îngrijire”.

Peste 60.000 de asistenȚi personali independenȚi lucrează în prezent în Austria. Sarcina lor: să asiste persoanele care nu mai pot face față vieȚii de zi cu zi la ei acasă și să îi susȚină în permanenȚă. Astfel, ei prestează un serviciu a cărui valoare personală și socială nu poate fi apreciată suficient de mult. Pentru că fără angajamentul asistenȚilor personali independenȚi, îngrijirea la preȚuri accesibile la domiciliu pentru persoanele în vârstă nu ar putea fi oferită astăzi și în anii și deceniile următoare. În prezent, aproximativ 455.000 de austrieci primesc alocaȚie de îngrijire. Cea mai mare parte a acestora, și anume 84 la sută, sunt îngrijiți acasă - de rude, servicii mobile sau îngrijire non-stop.

Și numărul de persoane care au nevoie de îngrijiri de lungă durată continuă să crească în Austria. Conform prognozelor, peste 20 de milioane de austrieci vor avea peste 65 de ani în 2050, iar 750.000 de persoane - și deci cu 300.000 mai mulți decât astăzi - vor avea nevoie de îngrijire. Odată cu înaintarea în vârstă, crește și probabilitatea dezvoltării demenȚei. În prezent, 130.000 de austrieci trăiesc cu demenȚă. Dar acest număr va crește, de asemenea, rapid și se va dubla până în 2030. O dezvoltare care va aduce provocări majore pentru sistemul de îngrijire la domiciliu. Conform prognozelor, Austria va avea nevoie de aproximativ 79.000 de persoane suplimentare pentru îngrijire în 2050.

Scopul iniȚiativei „Asistent personal cu suflet” este de a aduce în prim plan acele persoane care prestează aceste servicii de îngrijire și asistenȚă atât de semnificative din punct vedere social, crescând astfel gradul de conștientizare a publicului cu privire la problemele de îngrijire și asistenȚă, în special în perspectiva dezvoltării demografice care va accentua nevoia de servicii de îngrijire și asistenȚă medicală în următorii

ani și decenii, prin urmare consolidând profilul profesional.

**ACEȘTIA SUNT CÂȘTIGĂTORIILA  
CATEGORIA „ÎNGRIJIREA 24 DE  
ORE PE ZI”:**

**Burgenland (Güssing):  
Zoltánné Horváth**

„Întotdeauna a fost important pentru mine să ajut și să-i alin pe cei care au nevoie de ajutor. În meseria mea înseamnă mult pentru mine dacă clienȚii sunt mulțumiți și zâmbesc. Îmi arată că îmi fac treaba bine. Faptul că acum acest lucru mi se confirmă cu acest premiu îmi dă o nouă putere.”

**Carinthia (Grafenstein):  
Anna Javorská**

„Este un dar special pentru mine că am reușit să-mi însoțesc „mama” de 105 ani împreună cu fiica ei timp de unsprezece ani, chiar dacă nu este întotdeauna ușor. Să văd cât de mulțumită este și puȚinele momente în care îmi acordă un zâmbet sunt cele mai mari mulțumiri și cel mai minunat cadou.”

**Austria Inferioară (Ybbs):  
Michaela Papp**

„Lucrez pentru familia Zimmerer de 13 ani - de mult au devenit familia noastră. Empatia, înțelegerea, compasiunea și umanitatea sunt o necesitate în îngrijire, deoarece fiecare dintre noi va îmbătrâni. Mulțumesc familiei „mele” pentru nominalizare, asta îmi arată că mă descurc bine!”

**Austria Superioară (Roßleithen):  
Adriána Čintalova**

„Premiul „Asistentă cu suflet” înseamnă mult pentru mine! Este foarte important pentru mine să fac mereu tot ce se poate și să îmi fac treaba cu dragoste. Cea mai bună recompensă este când văd cum oamenii pe care îi ajut își regăsesc pofta de viaȚă.”

**Salzburg (Orașul Salzburg):  
Zuzana Révay**

„Mă bucură și sunt mândră că am primit această recunoaștere grozavă. Dedic acest premiu tuturor colegilor mei care practică această profesie de îngrijire dificilă, dar atât de frumoasă.”

**Stiria (Graz):  
Martina Bednarova**

„A avea grijă de un cuplu cu demenȚă este o provocare specială, căreia îi fac față cu mult suflet în fiecare zi. Îmi face mare plăcere când îi pot face să zâmbescă. Sunt foarte onorată că rudele m-au nominalizat și îmi arată că îmi fac treaba bine!”

**Tirol (Biberwier):  
Daniela-Florina Trăilescu**

„Locul de muncă îmi oferă multe oportunități de a lucra cu oamenii și de a învăȚa lucruri noi. Este frumos să ai succes și să am „familia mea” lângă mine aici, în Tirol. Am planuri mari pentru viitor, așa că mă pregătesc part-time în asistenȚă medicală pentru a deveni asistent medical.”

**Vorarlberg (Feldkirch):  
Carol Varga Nagy**

„Cel mai important lucru în meseria mea este ca pacientul meu să se simtă confortabil. Și pentru asta fac tot posibilul - cu dragoste și din toată inima! Vă mulțumesc foarte mult pentru premiu.”

**Viena:  
Timea Halászová**

„Sunt asistentă de 13 ani și am avut grijă de pacienta mea timp de șapte ani. În această perioadă am aflat că, pe lângă competenȚă și cunoștinȚe de specialitate, trebuie să ai multă inimă în această profesie. Îmi îngrijesc pacienta ca și cum ar fi propria mea mamă. Acest premiu este cea mai bună recompensă pentru munca mea!”



**OCENENÉ/-Í OPATROVATEĽKY/  
OPATROVATELIA SO SRDCOM**

**Počas veľkého záverečného galavečera boli aj v tomto roku predstavené/-í opatrovatel'ky/opatrovatelia so srdcom zo všetkých rakúskych spolkových krajín v troch kategóriách.**

Veľkolepé záverečné podujatie celonárodnej iniciatívy „Opatrovateľ(ka) so srdcom 2019”, ktorú okrem iných sponzorovala Hospodárska komora Rakúska, odborné združenie a odborné skupiny pre osobné poradenstvo a osobnú

starostlivosť, sa uskutočnilo 21. januára 2020 vo veľkej sále „Erste Campusu“ vo Viedni. V troch kategóriách, medzi nimi aj „24-hodinová starostlivosť“, porota zložená z uznávaných expertov z tisícok nominácií vybrala jedného víťaza, resp. jednu víťazku z každej kategórie pre každú spolkovú krajinu. Víťazi a víťazky sa mohli tešiť nielen z pozornosti a uznania verejnosti, ale aj z peňažnej odmeny 3 000 eur. Ceny odovzdali okrem iných prezident Hospodárskej komory Rakúska Harald Mahrer a predseda Odborného združenia pre osobné poradenstvo a osobnú starostlivosť Andreas Herz. Okrem 24-hodinovej starostlivosťi boli ceny udelené aj v kategóriách „Ošetrovateľské a opatrovateľské profesie“, ako aj „Starajúci sa príbuzní“.

V súčasnosti v Rakúsku pracuje vyše 60 000 nezávislých opatrovateľov a opatrovateliek. Ich úloha: pomáhať ľuďom, ktorí si už sami nedokážu poradiť v každodennom živote, u nich doma a byť tu pre nich 24 hodín denne. Prítom poskytujú službu, ktorej osobná a spoločenská hodnota je neoceniteľná. Pretože bez odhodlania nezávislých opatrovateľov a opatrovateliek by dnes ani v nadchádzajúcich rokoch a desaťročiach nebolo možné udržať dostupnú starostlivosť o ľudí doma, v ich vlastných domácnostiach. Príspevok na starostlivosť v súčasnosti poberá okolo 455 000 Rakúšanov. O väčšinu z nich, konkrétne o 84 percent, sa starajú doma – príbuzní, mobilné služby alebo poskytovatelia 24-hodinovej starostlivosťi.

A počet ľudí, ktorí potrebujú dlhodobú starostlivosť, v Rakúsku neustále stúpa. Podľa predpovedí bude v roku 2050 viac ako dva milióny Rakúšanov starších než 65 rokov, 750 000 ľudí – teda o 300 000 viac než dnes – bude odkázaných na starostlivosť. S pribúdajúcim vekom sa zvyšuje aj pravdepodobnosť rozvoja demencie. V súčasnosti žije 130 000 Rakúšanov s obmedzeniami súvisiacimi s demenciou. Tento počet sa však rapídne zvyšuje a do roku 2030 sa zdvojnásobí. Vývoj, ktorý domáci systém starostlivosťi stavia pred veľké výzvy. Podľa predpovedí bude v roku 2050 potrebovať Rakúsko okolo 79 000 ďalších opatrovateľov.

Cieľom iniciatívy „Opatrovateľ(ka) so srdcom“ je predstaviť tých ľudí, ktorí poskytujú tieto spoločensky významné opatrovateľské a ošetrovateľské služby, a tak zvyšovať informovanosť verejnosti o otázkach starostlivosťi a ošetrovania, najmä s ohľadom na demografický vývoj, ktorý si v nadchádzajúcich rokoch vyžiada dramatický nárast dopytu po opatrovateľských a ošetrovateľských službách, zamerať pozornosť týmto smerom a tým podporiť aj pozitívny obraz tejto profesie.

**TOTO SÚ VÍŤAZI A VÍŤAZKYV  
KATEGÓRII „24-HODINOVÁ  
STAROSTLIVOSŤ“:**

**Burgenland (Güssing):  
Zoltánné Horváth**

„Vždy bolo pre mňa dôležité pomáhať tým a utešovať tých, ktorí potrebujú pomoc. V mojej práci pre mňa veľa znamená, ak sú moji klienti spokojní a usmievajú sa. Je to prejav toho, že svoju prácu robím dobre. Skutočnosť, že sa to teraz potvrdilo aj týmto ocenením, mi dodáva novú silu.“

**Korutánsko (Grafenstein):  
Anna Javorská**

„Je pre mňa zvláštnym obohatením, že môžem spolu so svojou dcérou správať „moju“ 105-ročnú „Mutterle“ už jedenásť rokov, aj keď to nie je vždy ľahké. Vidieť to, aká je spokojná, a okamihy, keď mi venuje úsmev, sú pre mňa najväčším poďakovaním a darčekom.“

**Dolné Rakúsko (Ybbs):  
Michaela Papp**

„Pracujem pre rodinu Zimmerer už 13 rokov – už dávno sa stali našou rodinou. Empatia, porozumenie, súcít a ľudskosť sú pri starostlivosťi nevyhnutnosťou, pretože každý z nás raz zostarne. Ďakujem „mojej“ rodine za nomináciu, ktorá mi ukazuje, že svoju prácu si robím dobre!“

**Horné Rakúsko (Roßleithen):  
Adriána Čintalova**

„Ocenenie „Opatrovateľ(ka) so srdcom“ pre mňa veľa znamená! Je pre mňa veľmi dôležité, aby som vždy vydala zo seba to najlepšie a svoju prácu vykonávala s láskou. Najlepšia odmena je, keď vidím, ako ľudia vďaka mojej pomoci

opäť získajú radosť zo života.“

#### **Salzburg (mesto Salzburg):**

##### **Zuzana Révay**

„Som šťastná a hrdá, že som dostala toto veľké uznanie. Toto ocenenie venujem všetkým svojim kolegom a kolegyniam, ktorí tiež vykonávajú túto sice náročnú, ale tak krásnu profesiu.“

#### **Štajersko (Graz):**

##### **Martina Bednarova**

„Starostlivosť o manželský pár s demenciou je mimoriadna výzva, ktorej každý deň čelím s veľkým srdcom. Je mi veľkým potešením, keď ich obidvoch dokážem rozosmiať. Veľmi si vážim, že ma príbuzní nominovali a ukazujú mi, že svoju prácu robím dobre!“

#### **Tirolsko (Biberwier):**

##### **Daniela-Florina Trăilescu**

„Moja práca mi ponúka veľa príležitostí pracovať s ľuďmi a učiť sa nové veci. Je pekné dosiahnuť úspech a vedieť, že „moja rodina“ tu v Tirolsku je na mojej strane. Mám do budúcnosti veľké plány, preto sa popri práci vzdelávam v oblasti zdravotníctva, aby som sa mohla stať zdravotnou sestrou.“

#### **Vorarlbersko (Feldkirch):**

##### **Carol Varga Nagy**

„Za najdôležitejšie v mojej práci považujem to, aby sa môj pacient cítil dobre. A preto robím, čo môžem – s veľkou láskou a celým srdcom! Srdečne ďakujem za ocenenie.“

#### **Viedeň:**

##### **Timea Halászová**

„Ako opatrovatelka pracujem už 13 rokov a o svoju pacientku sa starám už sedem rokov. Počas tejto doby som sa naučila, že okrem kompetencií a odborných znalostí musíte mať v tejto profesii aj veľké srdce. Starám sa o svoju pacientku tak, akoby to bola moja vlastná matka. Toto ocenenie je najkrajšou odmenou za moju prácu!“



#### **„GONDOZÓ TELJES SZÍVVEL” KITÜNTETETTEK**

**Egy nagy zárógála keretében idén ismét három kategóriában került megrendezésre a gondozók teljes szívvel**

#### **versenye, amelyre Ausztria minden tartományából érkeztek ápolók.**

Az országos szinten, többek között az Osztrák Kereskedelmi Kamara, illetve a szakmai szövetség és a személyi tanácsadással és személygondozással foglalkozó szakmai csoportok által megvalósított „Gondozók teljes szívvel 2019” megnevezésű kezdeményezés elbűvölő záróeseménye 2020. január 21-én került megrendezésre a bécsi „Erste Campus” nagytermében. Három kategóriában, köztük a „24 órás gondozás” kategóriában, a kiváló szakértőkből álló zsűri a több ezer nevezőből kategóriánként minden osztrák tartományból egy díjazottat választott. A nyertesek nemcsak a népszerűségnek és a megbecsülésnek örvendhetnek, hanem a 3000 eurós pénzjutalomnak is. A díjakat többek között Harald Mahrer, az Osztrák Kereskedelmi Kamara elnöke és Andreas Herz, a személyi tanácsadással és személygondozással foglalkozó szakmai szövetség elnöke adta át. A 24 órás gondozás mellett „ápolási és gondozási hivatások”, valamint „ápolást végző hozzátartozók” kategóriában is adtak díjakat.

Jelenleg több mint 60 000 önfoglalkoztatott gondozó dolgozik Ausztriában. Az ő feladatuk az, hogy támogatást nyújtsanak olyan emberek számára saját otthonaikban, akik a mindennapok nehézségeivel egyedül már képtelenek megbirkózni, és hogy szinte a nap minden órájában ott legyenek mellettük. Ezzel olyan szolgáltatást nyújtanak, amelynek személyes és társadalmi értékét nem lehet eléggé megbecsülni. Az önfoglalkoztatott gondozók elkötelezettsége nélkül az emberek megfizethető otthoni gondozása jelenleg és az elkövetkező években és évtizedekben is alig lehetne fenntartható. Ma körülbelül 455 000 osztrák ember kap gondozási támogatást. Nagy részüket, nevezetesen 84 százalékukat otthon gondozzák rokonok, mobilis szolgáltatók vagy 24 órás ápolók.

Az ápolásra szorulóak száma Ausztriában folyamatosan csak növekszik. Az előrejelzések szerint 2050-ben több mint kétfélmillió osztrák lesz 65 évesnél idősebb, 750 000 ember - vagyis 300 000-rel több, mint ma - pedig ápolásra

fog szorulni. Az életkor előrehaladtával a demencia kialakulásának valószínűsége is növekszik. Jelenleg 130 000 osztrák él idős kori szenilitással. Azonban ez a szám is gyorsan növekszik, 2030-ra meg fog duplázódni a demenciával élők száma. Ez egy olyan fejlemény, amely komoly kihívásokat fog jelenteni az otthoni ápolási rendszer számára. Az előrejelzések szerint Ausztriában 2050-ben kb. 79 000 további ápolóra lesz szüksége.

A „Gondozó teljes szívvel” kezdeményezés célja felhívni a figyelmet azokra az emberekre, akik ezeket a társadalmilag kiemelten fontos ápolási és gondozási szolgáltatásokat nyújtják, egyúttal pedig növelni a közvélemény tájékozottságát az ápolás és gondozás kérdéseivel kapcsolatban, különös tekintettel a demográfiai fejlődésre, amely az elkövetkező években és évtizedekben drasztikusan növelni fogja a gondozási és ápolási szolgáltatások iránti igényt. Mindez által pontosabb képet kapnak az emberek erről a szakmáról.

#### **NYERTESEK „24 ÓRÁS ÁPOLÁS” KATEGÓRIÁBAN:**

##### **Burgenland (Güssing):**

###### **Zoltánné Horváth**

„Számomra mindig is fontos volt, hogy segítsék és vigaszt nyújtsak azok számára, akiknek segítségre van szükségük. A munkámban sokat jelent számomra, ha ügyfeleim elégedettek és mosolyognak. Ez azt jelenti, hogy jól végzem a munkámat. Hogy ezt most díjjal is elismerik, újult erővel tölt fel.”

##### **Karintia (Grafenstein):**

###### **Anna Javorská**

„Különös élmény számomra, hogy már tizenegy éve kísérhetem a 105 éves „anyukát” lányával együtt, még akkor is, ha ez nem mindig könnyű. Látni, hogy mennyire elégedett, valamint az a néhány pillanat, amikor egy kis mosolyt csal az arcára, a legnagyobb köszönetnyilvánítást és a legjobb ajándékot jelentik számomra.”

##### **Alsó-Ausztria (Ybbs):**

###### **Michaela Papp**

„13 éve dolgozom a Zimmerer családnál, akik már rég a családommá váltak.



**PflegerIn mit Herz**

Az empátia, a megértés, az együttérzés és az emberség kötelező a gondozás során, hiszen mindannyian egyszer megöregszünk. Köszönet a „családomnak” a jelölésért, ami azt jelzi számomra, hogy jól csinálom a dolgom!”

##### **Felső-Ausztria (Röbleithen):**

###### **Adriána Čintalova**

A „Gondozó teljes szívvel” díj nagyon sokat jelent nekem! Nagyon fontos számomra, hogy mindig a lehető legjobbat nyújtsam, és hogy sok szeretettel végezzem a munkámat. A legszebb jutalom az, amikor látom, hogyan nyerek vissza az emberek a segítségem révén az életkedvüket.”

##### **Salzburg (Stadt Salzburg):**

###### **Zuzana Révay**

„Örömmel és büszkeséggel tölt el, hogy megkaptam ezt a nagy elismerést. Ezt a díjat egyúttal a kollégáimnak szente-

lem, akik szintén ezt a nehéz, de mégis gyönyörű ápolói szakmát gyakorolják.”

##### **Stájerország (Graz):**

###### **Martina Bednarova**

„Különleges kihívást jelent számomra a demens házaspár gondozása, amit minden nap teljes szívvel-lélekkel teszek. Nagy örömet jelent számomra, amikor meg tudom mosolygogni őket. Nagyon nagy megtiszteltetés, hogy a rokonok jelöltek engem. Ez azt mutatja, hogy jól végzem a munkámat!”

##### **Tirol (Biberwier):**

###### **Daniela-Florina Trăilescu**

„A munkám számos lehetőséget kínál számomra az emberekkel való közös munkára és új dolgok megtanulására. Jó érzés sikereket elérni, és hogy itt Tirolban magam mellett tudhatom a „családom”. Nagy jövőbeli terveim vannak, ezért a munkám mellett az egész-

ségügyben továbbképezem magam, hogy ápolónő lehessék.”

##### **Vorarlberg (Feldkirch):**

###### **Carol Varga Nagy**

„Munkám során a legfontosabb az, hogy a páciensem jól érezze magát. Ezért mindent megteszek, sok szeretettel és teljes szívemből! Nagyon köszönöm a kitüntetését.”

##### **Bécs:**

###### **Timea Halászová**

„13 éve dolgozom ápolónőként, és hét éve foglalkozom a páciensemekkel. Ez idő alatt megtanultam, hogy a képesség és a szakértelem mellett ebben a szakmában mindenképp nagy szívvel van szükség. Úgy vigyázok a páciensemre, mintha a saját anyukám lenne. Ez a kitüntetés a legszebb jutalom a munkámért

# CORONAVIRUS – so verhalten Sie sich richtig

Das Coronavirus – offiziell: COVID-19 – hält die Welt in Atem.  
Hier die wichtigsten Informationen auf einen Blick.

Die Symptome ähneln jener einer Grippe, eines grippalen Infekts oder einer Erkältung: zum Beispiel Fieber, Husten, Kurzatmigkeit und Atembeschwerden. Der Krankheitsverlauf kann dabei unterschiedlich leicht oder schwer ausfallen. Manche bemerken die Erkrankung vielleicht kaum, bei anderen kann die Infektion eine Lungenentzündung, ein schweres akutes Atemwegssyndrom, Nierenversagen und sogar den Tod verursachen. Vor allem ältere Menschen und Menschen mit Vor- und Grunderkrankungen, deren Immunabwehr geschwächt ist, sind von schweren Verlaufsformen betroffen.

Die Inkubationszeit (Zeit von der Ansteckung bis zum Ausbruch der Krankheit mit Symptomen) beträgt 2 bis 14 Tage. **Infizierte sind in dieser Zeit bereits ansteckend, auch wenn sie keine Krankheitssymptome zeigen!**

Die Übertragung erfolgt von Mensch zu Mensch, kann aber auch über direkten Kontakt von Tier zu Mensch erfolgen. Personen mit Grunderkrankungen haben ein höheres Infektionsrisiko.

Es gibt derzeit noch keinen Impfstoff und keine spezifische Therapie, die Behandlung erfolgt durch Bekämpfung der Symptome.

## VORBEUGUNG

Sorgen Sie dafür, dass von Ihnen betreute Personen ein möglichst geringes Risiko haben, sich mit dem Virus anzustecken: Beraten Sie die Situation

und etwaige Maßnahmen auch mit den Angehörigen bzw. dem medizinischen und pflegerischen Fachpersonal.

So beugen Sie der Krankheit am besten vor und verhindern, dass Sie oder von Ihnen Betreute sich mit dem Coronavirus anstecken:

- » Waschen Sie sich mehrmals täglich (und speziell nachdem sie außer Haus waren und zum Beispiel Türklinken oder andere Gegenstände berührt haben) die Hände mit Wasser und Seife oder einem alkoholhaltigen Desinfektionsmittel und zwar gründlich etwa eine halbe Minute lang.
- » Verzicht auf das Händeschütteln sowie andere Begrüßungsrituale, bei denen Sie andere berühren („Begrüßungsbussi“).
- » Vermeiden Sie direkten Kontakt zu infektiösen bzw. erkrankten Menschen, halten Sie Abstand.
- » Meiden Sie Menschenansammlungen.
- » Reisen Sie nicht in besonders stark betroffene Gebiete, beachten Sie die Reise警告ungen und halten Sie sich an die Empfehlungen der Behörden.
- » Bedecken Sie beim Husten oder Niesen Mund und Nase mit einem Papiertaschentuch und nicht mit den Händen, um andere nicht zu gefährden. Entsorgen Sie Taschentücher sofort.

## WAS TUN BEI VERDACHT AUF EINE CORONA-INFektion?

Haben Sie den Verdacht, dass Sie oder eine von Ihnen betreute Person sich mit dem Coronavirus angesteckt

hat und zeigen Sie oder die betreute Person entsprechende Symptome, bitte **nicht** den Wohnbereich verlassen und nicht selbstständig in eine Ordination oder eine Ambulanz gehen, sondern die **Gesundheits-Telefonhotline 1450** anrufen. Ein mobiles Team kommt in der Folge zu Ihnen, um einen Test zu machen.

Weisen Sie oder die von Ihnen betreute Person allerdings dramatische Krankheitssymptome auf, wenden Sie sich an die Rettungs-Notrufnummer 144.

Verständigen Sie telefonisch auch die Angehörigen!

**Allgemeine Informationen** erhalten Sie bei der Informations-Hotline 0800 555 621

**Aktuelle Informationen** in deutscher Sprache auf: [www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus](http://www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus)

**Informationen in 12 Sprachen:** [www.daheimbetreut.at/de/download](http://www.daheimbetreut.at/de/download)



## CORONAVIRUS – COMPORAMENTUL CORECT

**Coronavirusul - oficial: COVID-19 – ține lumea în suspans. Cele mai importante informații dintr-o privire.**

Simptomele sunt similare cu cele ale unei gripe, ale unei infecții gripale sau ale unei răceli: de exemplu, febră, tuse și dificultăți de respirație. Cursul bolii



**TÄGLICH MEHRMALS HÄNDEWASCHEN UND DESINFIZIEREN / SPĂLAȚI ȘI DEZINFECTAȚI MĂINILE DE MAI MULTE ORI PE ZI / UMÝVAJTE A DEZINFIKUJTE SI RUKY NIEKOL'KOKRÁT DENNE / NAPONTA TÖBBSZÖRI KÉZMOSÁS ÉS FERTŐTLENÍTÉS**



**BEIM HUSTEN/NIESEN: BEDECKEN VON MUND UND NASE MIT EINEM TASCHENTUCH / CÂND TUȘIȚI/STRĂNUTAȚI: ACOPERIȚI-VĂ GURA ȘI NASUL CU O BATISTĂ DE UNICĂ FOLOSINȚĂ / PRI KAŠĽANÍ / KÝCHANÍ: ZAKRYTE SI ÚSTA A NOS VRECKOVKOUH / KÖHÖGÉS/TÜSSZENTÉS SORÁN: SZÁJÁT ÉS ORRÁT TAKARJA EL PAPIRZSEBKENDŐVEL**



**HÄNDESCHÜTTELN VERMEIDEN / EVITAȚI STRĂNGEREA DE MÂNĂ / VYHÝBAJTE SA PODÁVANIU RÚK / KERŰLJE A KÉZFÖGÁST**



**REISEWARNUNGEN ERNST NEHMEN / LUAȚI AVERTIZĂRILE DE CĂLĂTORIE ÎN SERIOS / VÝSTRAHY PRED CESTOVANÍM BERTE VÁŽNE / VEGYE KOMOLYAN AZ UTAZÁSRA VONATKOZÓ FIGYELMEZTETÉSEKET**



**IM VERDACHTSFALL ZU HAUSE BLEIBEN / ÎN CAZ DE SUSPICIU NE DE BOALĂ, RĂMÂNEȚI ACASĂ / V PRÍPADE PODOZRENIA NA INFEKCIU ZOSTAŇTE DOMA / GYANÚS ESETBEN MARADJON OTTHON**

poate fi de altfel ușor sau dificil. Unii abia observă simptomele, în timp ce la alții infecția poate cauza pneumonie, sindrom respirator acut sever, insuficiență renală și chiar deces. Persoanele în vârstă și persoanele cu boli preexistente și subiacente al căror sistem imunitar este slăbit sunt afectate în special de formele severe.

Perioada de incubație (perioada de la infectare până la debutul bolii cu simptome) este de 2 până la 14 zile. Persoanele infectate sunt deja contagioase în această perioadă, chiar dacă nu prezintă simptome ale bolii!

Transmiterea are loc de la persoană la persoană, dar poate fi și prin contact

direct de la animal la persoană. Persoanele cu boli subiacente prezintă un risc mai mare de infecție.

În prezent nu există vaccin și niciun tratament specific, acesta se face prin combaterea simptomelor.

## MĂSURI PROFILACTICE

Asigurați-vă că persoanele de care aveți grijă au cel mai mic risc posibil de a contracta virusul: de asemenea, discutați situația și orice măsuri care trebuie luate cu rudele sau cu personalul medical și de îngrijire de specialitate.

Cel mai bun mod de a preveni îmbolnăvirea dvs. sau a cuiva de care aveți grijă cu coronavirus:

- » Spălați-vă mâinile de mai multe ori pe zi (și mai ales după ce ați fost afară și, de exemplu, ați atins clanțele ușilor sau alte obiecte) cu apă și săpun sau cu un dezinfectant pe bază de alcool, timp de aproximativ o jumătate de minut.
- » Evitați strângerile de mână și alte forme fizice de salut („sărutul de întâmpinare”).
- » Evitați contactul direct cu persoanele infectioase sau bolnave, păstrați-vă distanța.
- » Evitați mulțimile de oameni.
- » Nu călătoriți în zone deosebit de afectate, respectați avertismentele de călătorie și urmați recomandările autorităților.
- » Când tușiți sau strănutați, acope-

riți-vă gura și nasul cu o batistă de unică folosință și nu cu mâinile, pentru a evita punerea altora în pericol.  
» Aruncați imediat batistele de unică folosință.

#### CE ESTE DE FĂCUT DACĂ SUSPECTAȚI O INFECTARE CU CORONAVIRUS?

Dacă bănuiți că dvs. sau o persoană de care aveți grijă a contractat coronavirusul și dvs. sau persoana pe care o îngrijiți prezintă simptomele respective, vă rugăm să nu părăsiți zona de domiciliu și să nu vă duceți singuri la un cabinet sau un ambulatoriu, ci să apelați linia telefonică de sănătate, la 1450. O echipă mobilă va veni apoi la dvs. pentru a face un test.

Cu toate acestea, dacă dvs. sau persoana de care aveți grijă prezintă simptome dramatice ale bolii, apelați serviciul de urgență la numărul 144.

Contactați și rudele prin telefon!

**Informații generale** pot fi obținute de la linia directă de informații 0800 555 621

**Informații actuale** în germană la: [www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus](http://www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus)

**Informații în 12 limbi:** [www.daheimbetreut.at/de/download](http://www.daheimbetreut.at/de/download)



#### KORONAVIRUS – TAKÉTO SPRÁVANIE JE SPRÁVNE

**Koronavirus – oficialne: COVID-19 – udriava svet v napätí. Tu je prehľad najdôležitejších informácií.**

Príznyky sú podobné príznakom chrípky, chrípkovej infekcie alebo prechladnutia: napríklad horúčka, kašeľ, dýchavičnosť a ťažkosti s dýchaním. Priebeh choroby môže byť pritom rôzny – miernej alebo ťažký. Niektorí si ochorenie sotva všimnú, zatiaľ čo u iných môže infekcia spôsobiť zápal pľúc, závažný akútny respiračný syndróm, zlyhanie obličiek a dokonca smrť. Najmä u starších ľudí a ľudí s už existujúcimi a základnými chorobami, ktorých imunitný systém je oslabený, býva priebeh infekcie závažný.

Inkubačná doba (doba od infekcie po vypuknutie choroby so symptómami) je 2 až 14 dní. Infikovaní sú počas tejto doby nákazliví, aj keď nevykazujú žiadne príznaky choroby!

Prenos sa uskutočňuje z človeka na človeka, ale môže sa uskutočniť aj priamym kontaktom zo zvierat na človeka. Ľudia so základnými chorobami majú vyššie riziko infekcie.

V súčasnosti neexistuje žiadna vakcína ani žiadna špecifická terapia, liečba spočíva len v boji proti symptómom.

#### PREVENTÍVNE OPATRENIA

Dbajte na to, aby u ľudí, ktorých opatrujete, bolo čo najmenšie riziko, že sa vírusom nakazia: Poradte sa o situácii a o opatreniach aj s rodinnými príslušníkmi alebo odborným zdravotníckym a ošetrovateľským personálom.

- » Ruky si umývajte niekoľkokrát denne (a najmä potom, ako ste boli mimo domu a dotýkali ste sa napríklad kľučiek dverí alebo iných predmetov) vodou a mydlom alebo dezinfekčným prostriedkom na báze alkoholu, a to dôkladne a asi pol minúty.
- » Vyhýbajte sa podávaniu rúk a iným pozdravom, pri ktorých sa dotýkate iných („priateľský bozk“).
- » Vyhýbajte sa priameho kontaktu s infekčnými alebo chorými ľuďmi, udržiavajte si odstup.
- » Vyhýbajte sa davom ľudí.
- » Necestujte do obzvlášť silno postihnutých oblastí, rešpektujte výstrahy pred cestovaním a riaďte sa odporúčaniami úradov.
- » Pri kašľaní alebo kýchaní si zakryte ústa a nos papierovou vreckovkou a nie rukami, aby ste neohrozili ostatných.
- » Vreckovku ihneď zlikvidujte.

#### ČO ROBIŤ, AK MÁTE PODOZRENIE NA INFEKCIU KORONAVIRUSOM?

Ak máte podozrenie, že ste sa vy alebo osoba, o ktorú sa staráte, infikovali koronavírusom a ak vy alebo osoba, o ktorú sa staráte, máte príslušné symptómy, zostaňte doma a nechodte svojvoľne do ordinácie alebo ambulancie, ale zatelefonojte na zdravotnícku horúcu linku 1450. Následne príde

mobilný tím a odoberie vám vzorky na testovanie.

Ak však máte vy alebo osoba, o ktorú sa staráte, dramatické príznaky ochorenia, zavolajte záchrannú službu na čísle 144.

Telefonicke informujte aj príbuzných!

**Všeobecné informácie** získate aj na informačnej horúcej linke 0800 555 621

**Aktuálne informácie** v nemčine na stránke: [www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus](http://www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus)

**Informácie v 12 jazykoch:** [www.daheimbetreut.at/de/download](http://www.daheimbetreut.at/de/download)



#### KORONAVIRUS – ÍGY VISELKEDIK HELYESEN

**A koronavírus – hivatalosan: COVID-19 – lekőti a világ figyelmét. Itt egy rövid áttekintés a legfontosabb információkról.**

A tünetek hasonlóak az influenza, az influenzafertőzés, illetve a megfázás tüneteihez, amelyek például láz, köhögés, nehézlégzés és légúti problémák. A betegség lefolyása eltérő módon könnyű, illetve súlyos lehet. Néhányuk alig észlelik a betegséget, másoknál a fertőzés tüdőgyulladást, súlyos akut légzőszervi szindrómát, veseelégtelenséget és akár halált is okozhat. A fertőzés súlyos lefolyása mindenképp az idősebb embereket és a már korábbi, illetve fennálló alapbetegségekkel küzdő embereket érinti, akik esetében az immunrendszer védelme legyengült.

Az inkubációs periódus (a megfertőződéstől a betegség tünetekkel történő megjelenéséig eltelt idő) 2–14 nap. A fertőzöttek ebben az időszakban már fertőznek, még akkor is, ha nem mutatják a betegség tüneteit!

A fertőzés emberről emberre terjed, de az ember az állattal történő közvetlen érintkezés útján is megfertőződhet. Már meglévő alapbetegségekben szenvedőknél a fertőzés kockázata nagyobb. Jelenleg nincs védőoltás a fertőzéssel szemben és a betegségnek kifejezett gyógykezelése sem létezik, a gyógyítási eljárás a tünetek kezelésére irányul.



#### MEGELŐZÉS

Gondoskodjon arról, hogy az Ön által ápolott személyek a lehető legkisebb eséllyel fertőződjenek meg a vírussal: tanácskozzon a helyzetről és az esetleges intézkedésekről a hozzátartozókkal is, illetve az orvosi és ápoló szakszemélyzettel.

Ily módon előzheti meg a leginkább a betegséget, és megakadályozza, hogy az Ön által gondozottak a koronavírussal megfertőződjenek:

- » Naponta többször (és különösen miután nem tartózkodott otthon, és például azután, hogy ajtókilincsetek vagy más egyéb tárgyakat érintett meg) mosson kezet vízzel és szappannal vagy alkoholos fertőtlenítőszerrel, mégpedig alaposan, mintegy fél percen keresztül.
- » Kerülje a kézfogást és más egyéb üdvözlési formákat, amelyek során másokat megérint („üdvözlő puszti“).
- » Kerülje a közvetlen érintkezést a fertőző, illetve beteg emberekkel, tartson távolságot.
- » Kerülje az összejöveteleket.
- » Ne utazzon a különösen fokozottan érintett területekre, vegye figyelem-

be az utazási figyelmeztetéseket és kövesse a hatóságok ajánlásait.  
» Köhögés vagy tüsszentés esetén papír zsebkendővel takarja el a száját és az orrát, és ne a kezével, annak érdekében, hogy elkerülje mások veszélyeztetését.  
» Azt követően azonnal dobja el a zsebkendőt.

#### MI A TEENDŐ, HA KORONAVIRUS-FERTŐZÉS GYANÚJA MERÜL FEL?

Amennyiben arra gyanakszik, hogy Ön vagy egy Ön által gondozott személy koronavírussal fertőződött meg, és Ön vagy az Ön által gondozott személy megfelelő tünetekkel rendelkezik, kérjük, ne hagyja el az otthonát, és ne menjen önállóan orvosi rendelésre vagy ambuláns ellátásra, hanem hívja az

1450-es egészségügyi telefonos segélyvonalat. Ezt követően egy mobil csapat érkezik Önhöz, aki elvégzi a tesztet.

Ha azonban Ön vagy az Ön által gondozott személy komoly betegség tünetekkel rendelkezik, hívja a 144-es életmentő-segélyhívó számot.

Tájékoztassa telefonon a hozzátartozókat is!

**Általános információkat** az információs segélyhívó számon kap 0800 555 621

**Aktuális információk** német nyelven a következő címen: [www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus](http://www.ages.at/themen/krankheitserreger/coronavirus)  
**Információ 12 nyelven:** [www.daheimbetreut.at/de/download](http://www.daheimbetreut.at/de/download)



#### Infopoint zu Covid-19 für betroffene Firmen

Punct de informare despre Covid-19 pentru companiile afectate / Informačný bod o víruse Covid-19 pre dotknuté spoločnosti / Információs pont a Covid-19 fertőzéssel kapcsolatban az érintett vállalatok számára

[https://www.wko.at/service/aussenwirtschaft/coronavirus-wirtschaftskammer-als-anlaufstelle.html?shorturl=wkoat\\_coronavirus](https://www.wko.at/service/aussenwirtschaft/coronavirus-wirtschaftskammer-als-anlaufstelle.html?shorturl=wkoat_coronavirus)



# Anmeldebescheinigung beantragen

Zwar besteht innerhalb der EU für Bürgerinnen und Bürger anderer EU-Staaten bzw. Bürgerinnen und Bürger des Europäischen Wirtschaftsraumes (EWR) sowie der Schweiz grundsätzlich Personenfreizügigkeit sowie Dienstleistungsfreiheit, dennoch gibt es Formalitäten, die beim Aufenthalt in Österreich zu beachten sind.



Eine davon betrifft die sogenannte „Anmeldebescheinigung“.

**Achtung:** Die „Anmeldebescheinigung“ ist etwas anderes als das Anmelden eines Wohnsitzes, das innerhalb von drei Tagen zu erfolgen hat.

**Innerhalb von 4 Monaten** ab Einreise müssen Bürgerinnen und Bürger eines anderen EU- oder EWR-Staates sowie der Schweiz, die zum Aufenthalt in Österreich für mehr als drei Monate berechtigt sind, weil sie zum Beispiel (wie Sie es tun) als Selbstständige ein Gewerbe ausüben, bei der zuständigen Niederlassungsbehörde eine **Anmeldebescheinigung** beantragen.

Bei Vorliegen der Voraussetzungen muss von der zuständigen Niederlassungsbehörde eine „Anmeldebescheinigung“ ausgestellt werden. Zuständig ist die jeweilige Bezirkshauptmannschaft bzw. in sogenannten Statuarkommunen (Eisenstadt, Graz, Innsbruck, Klagenfurt, Krams, Linz, Rust, Salzburg, St. Pölten, Steyr, Villach, Waidhofen, Wels, Wien und Wiener Neustadt) der Magistrat.

Die „Anmeldebescheinigung“ ist **persönlich** bei der zuständigen Niederlassungsbehörde zu beantragen. Das Antragsformular erhalten Sie bei der

Behörde. Darüber hinaus steht das Formular auch zum Download bereit. Die Bescheinigung wird persönlich ausgehändigt, wenn alle erforderlichen Unterlagen vorgelegt wurden und die Voraussetzungen erfüllt sind.

Folgende Unterlagen sind erforderlich:

- » gültiger Personalausweis oder Reisepass, **zusätzlich:**
- » Bestätigung der Arbeitgeberin/des Arbeitgebers oder ein Nachweis der Selbstständigkeit (z. B. Steuernummer, Auszug aus dem Gewereregister)
- » Achtung: für die Anmeldebescheinigung von Ehegattinnen/Ehegatten, Kinder etc. sind weitere Dokumente und Nachweise beizubringen.

Die Kosten für die Anmeldebescheinigung belaufen sich auf 15 Euro Gebühr. Für die Vorlage ausländischer Reisedokumente und Personenstandsunterlagen können zusätzliche Gebühren anfallen (je nach Art des Dokuments 7,20 Euro oder 14,30 Euro).

**Hinweis:** Nach fünf Jahren rechtmäßigem und ununterbrochenem Aufenthalt in Österreich erwerben Bürgerinnen und Bürger eines anderen EU- oder EWR-Staates sowie der Schweiz das Recht auf Daueraufenthalt. Auf Antrag wird ihnen eine „Bescheinigung des Daueraufenthalts“ ausgestellt.



## SOLICITAȚI O ADEVERINȚĂ DE ÎNREGISTRARE

**Deși avem, în esență, libertatea de mișcare a oamenilor și libertatea de a furniza servicii în UE pentru cetățenii din alte țări ale UE sau pentru cetățenii Spațiului Economic European (SEE) și Elveția, mai sunt încă formalități care trebuie respectate atunci când locuiți în Austria.**

Una dintre ele se referă la așa-numita „adeverință de înregistrare“.

**Atenție:** „adeverința de înregistrare“ este diferită de înregistrarea unui loc de reședință, care trebuie făcută în termen de trei zile.

Cetățenii unei alte țări UE sau SEE, precum și din Elveția, care au dreptul să stea în Austria mai mult de trei luni, trebuie să solicite o adeverință de înregistrare de la autoritatea responsabilă în termen de 4 luni de la intrare, deoarece, de exemplu (așa cum faceți și dvs.), prestează activități ca independenți.

Dacă sunt îndeplinite cerințele, autoritatea responsabilă emite o „adeverință de înregistrare“. Pentru aceasta este responsabilă administrația landului respectiv sau a așa-numitelor orașe cu statut (Eisenstadt, Graz, Innsbruck,

Klagenfurt, Krams, Linz, Rust, Salzburg, St. Pölten, Steyr, Villach, Waidhofen, Wels, Viena și Wiener Neustadt).

„Adeverința de înregistrare“ trebuie solicitată personal de la autoritatea responsabilă. Puteți obține formularul de cerere de la autoritatea respectivă. Formularul este disponibil și pentru descărcare. Adeverința va fi înmănată personal atunci când toate documentele necesare au fost depuse și cerințele sunt îndeplinite.

Sunt necesare următoarele documente:

- » carte de identitate valabilă sau pașaport, în plus:
- » confirmare de la angajator sau dovada independenței (de exemplu, codul fiscal, extras din registrul comerțului)
- » Atenție: pentru adeverința de înregistrare a soților, copiilor etc., trebuie furnizate documente și dovezi suplimentare.

Costul adeverinței de înregistrare este de 15 Euro. Se pot aplica taxe suplimentare pentru prezentarea documentelor de călătorie străine și a documentelor de stare civilă (în funcție de tipul de document 7,20 Euro sau 14,30 Euro). **Notă:** după cinci ani de ședere legală și neîntreruptă în Austria, cetățenii unei alte țări UE sau SEE și ai Elveției dobândesc dreptul de ședere permanentă. La cerere, li se va elibera o „adeverință de reședință permanentă“.



## VYŽIADANIE OSVEDČENIA O REGISTRÁCII

**AJ KEĎ V RÁMCI EÚ EXISTUJE PRE OBČANOV ČLENSKÝCH ŠTÁTOV EÚ A KRAJÍN EURÓPSKEHO HOSPODÁRSKEHO PRIESTORU (EHP) A ŠVAJČIARSKA SLOBODA POHYBU A SLOBODA POSKYTOVANIA SLUŽIEB,**

## SÚ ISTÉ FORMALITY, KTORÉ JE PRI POBYTE V RAKÚSKU NUTNÉ REŠPEKTOVAŤ.

Jedna z nich sa týka tzv. „Anmeldebescheinigung“ – osvedčenia o registrácii.

**Pozor:** „Osvedčenie o registrácii“ je niečo iné než prihlásenie miesta bydliska, ktoré sa musí vykonať do troch dní.

Občania iného štátu EÚ alebo EHP, ako aj Švajčiarska, ktorí sú oprávnení k pobytu v Rakúsku na dlhšie než tri mesiace, napr. samostatne zárobkovo činné osoby vykonávajúce podnikateľskú činnosť (akú robíte aj vy), musia do 4 mesiacov odo dňa pricestovania do krajiny požiadať o osvedčenie o registrácii na príslušnom úrade.

Ak sú požiadavky splnené, zodpovedný orgán musí vydať „Anmeldebeschei-



nigung“ – osvedčenie o registrácii. Zodpovednými orgánmi sú príslušné okresné úrady alebo v tzv. štatutárnych mestách (Eisenstadt, Graz, Innsbruck, Klagenfurt, Krems, Linz, Rust, Salzburg, St. Pölten, Steyr, Villach, Waidhofen, Wels, Viedeň a Wiener Neustadt) magistráty.

„Osvedčenie o registrácii“ si musíte vyžiadať osobne na príslušnom úrade miestnej samosprávy. Formulár žiadosti dostanete na úrade. Formulár je k dispozícii aj na stiahnutie. Osvedčenie bude vydané osobne po predložení všetkých potrebných dokladov a splnení požiadaviek.

Vyžadujú sa tieto dokumenty:

- » platný občiansky preukaz alebo pas, okrem toho:
- » potvrdenie od zamestnávateľa alebo doklad o samostatnej zárobkovej činnosti (napr. daňové číslo, výpis zo živnostenského registra).
- » Pozor: V prípade osvedčenia o registrácii manželov, detí atď. sa musia predložiť ďalšie dokumenty a doklady.

Náklady za osvedčenie o registrácii sú 15 eur. Za predloženie zahraničných cestovných dokladov a úradných listín o osobnom stave sa môžu účtovať dodatočné poplatky (v závislosti od typu dokladu 7,20 eur alebo 14,30 eur).

**Poznámka:** Po piatich rokoch zákonného a nepretržitého pobytu v Rakúsku získajú občania inej krajiny EÚ alebo EHP a Švajčiarska právo na trvalý pobyt. Na žiadosť im bude vydané „osvedčenie o trvalom pobyte“.



#### TARTÓZKODÁSI ENGEDÉLY IGÉNYLÉSE

**Noha az EU-n belül más európai uniós országok állampolgárai számára, illetve az Európai Gazdasági Térség (EGT) és Svájc állampolgárai számára alapvetően érvényes a személyek szabad mozgása és a szolgáltatásnyújtás szabadsága, az Ausztriában tartózkodás során továbbra is meg kell felelni bizonyos formai követelményeknek.**

Az egyik ilyen követelmény az úgynevezett „tartózkodási engedély”-re (Anmeldebescheinigung) vonatkozik.

Figyelem: A „tartózkodási engedély” más, mint a lakhelybejelentés, amelyet három napon belül kell megtenni.

Beutazástól számított 4 hónapon belül egy másik európai uniós ország vagy EGT-ország, illetve Svájc azon állampolgárainak, akik három hónapnál hosszabb időre Ausztriában tartózkodni jogosultak, mivel például (ahogyan Ön is) önfoglalkoztatottként kereskedelmi tevékenységet folytatnak, regisztrációs igazolást (Anmeldebescheinigung) kell igényelniük a település felelős hatóságánál (Niederlassungsbehörde).

A követelmények teljesítése esetén a település felelős hatósága kiállítja a „tartózkodási engedélyt”. Ennek a kiállításáért a mindenkor illetékes

körzeti közigazgatási hatóság, ill. az ún. tartományi városokban (Eisenstadt, Graz, Innsbruck, Klagenfurt, Krems, Linz, Rust, Salzburg, St. Pölten, Steyr, Villach, Waidhofen, Wels, Bécs és Bécsújhely) a városi tanács illetékes.

A „tartózkodási engedélyt” személyesen kell kérelmezni a település felelős letelepedési hatóságától. A kérelmezési nyomtatványt a hatóságtól szerezheti be. Ezenkívül a nyomtatvány le is tölthető. Az engedélyt személyesen adják ki, miután minden szükséges dokumentumot benyújtott, és teljesítette a követelményeket.

A következő dokumentumok szükségesek:

- » érvényes személyi igazolvány vagy útlevél, ezen felül:
- » munkáltatói igazolás vagy az önfoglalkoztatás igazolása (pl.: adószám, kivonat a kereskedelmi nyilvántartásból)
- » Figyelem: házastársak, gyermekek stb. tartózkodási engedélyéhez további dokumentumokat és igazolásokat kell benyújtani.

A tartózkodási engedély kiállításának illetéke 15 euró. A külföldi úti okmányok és a családi állapotot igazoló okmányok bemutatásáért további illetékek kerülhetnek felszámításra (7,20 euró vagy 14,30 euró, a dokumentum típusától függően).

Megjegyzés: Öt év jogszerű és folyamatos Ausztriában való tartózkodás után egy másik európai uniós ország vagy EGT-ország, valamint Svájc állampolgárai huzamos tartózkodási jogot szereznek. Ebben az esetben kérésére „huzamos tartózkodási engedélyt” állítanak ki.

# Demenz – eine Krankheit des Alters



Mehr als 100.000 Österreicherinnen und Österreicher leiden an Demenz. Im Jahr 2050 sollen es weit mehr als doppelt bis knapp dreimal so viele sein. Weltweit rechnet man dann mit mehr als 120 Millionen Demenzpatienten. Die große Zunahme hat auch mit der immer älter werdenden Gesellschaft zu tun: Von den 60-Jährigen leidet jeder Hundertste an der Erkrankung Demenz, von den 90-Jährigen bereits jeder Dritte. Tipps zum Umgang mit Demenzerkrankten.

Von Susanne Pichler



Die Demenz schreitet im Allgemeinen langsam voran – je nach Stadium spricht man von einer leichten, einer mittelschweren und einer schweren Form. Betroffene verlieren nach und nach Kurzzeitgedächtnis, Orientierung, Sprache, Erinnerung.

#### Leichte Form der Demenz

Am Anfang werden die Sätze etwas kürzer, fällt Erkrankten das eine oder andere Wort nicht ein, ist es „nur“ der Schlüssel, den man nicht mehr findet. Die Fähigkeit, sich an weit zurückliegende Dinge zu erinnern, ist oft noch nicht beeinträchtigt.

### Mittelschwere Form der Demenz

Bei der mittelschweren Form werden die Betroffenen unruhig, finden sich in ihrer gewohnten Umgebung nicht mehr oder nur noch schwer zurecht, alltägliche Tätigkeiten – wie das Waschen oder Essen – fallen schon schwer.

### Schwere Form der Demenz

Zum Schluss wissen Betroffene nicht mehr, welcher Tag gerade ist, die Orientierung fehlt völlig, Erkrankte erkennen die eigenen Kinder oder den Partner bzw. die Partnerin nicht mehr. Auch die Persönlichkeit geht allmählich verloren, das Sozialverhalten ändert sich – bis nichts mehr von dem Menschen bleibt, der er bzw. sie einmal war.

### Betreuung und Pflege von an Demenz erkrankten Personen

Die Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz verlangt viel Zeit, Kraft und Geduld. Umso wichtiger ist es, auf die eigene körperliche und seelische Befindlichkeit zu achten. Die Betreuung und Pflege von an Alzheimer erkrankten Menschen ist auch heute noch in erster Linie „Familiensache“. Rund 80 % der Menschen mit Demenz werden über lange Jahre zu Hause in der Familie betreut und gepflegt, rund um die Uhr, an sieben Tagen in der Woche. Dies ist mit großen Anstrengungen verbunden und stellt Angehörige und Betreuungspersonen oft vor schwer zu bewältigende psychische und körperliche Herausforderungen und kann in manchen Fällen zu totaler Überlastung führen.

### Tipps im Umgang mit Menschen mit Demenz

Leider gibt es keine allgemeingültigen Rezepte für den Umgang mit Menschen mit Demenz. Einige Verhaltensregeln haben sich jedoch bewährt und können das Leben vereinfachen.

- » **Information:** Betreuungspersonen sowie Angehörige brauchen umfassende Informationen zum Thema Demenz und Alzheimer. Was sind die Ursachen? In welchen Stadien verläuft sie? Welche Vorkehrungen sollten Sie in Ihrer Wohnung treffen, um Unfälle zu verhindern? Je mehr Sie über die Erkrankung wissen, desto sicherer sind Sie im Umgang mit Erkrankten.
- » **Akzeptanz:** Versuchen Sie nicht mit



- allen Mitteln, auf Betroffene einzuwirken und sie zu ändern. Nehmen Sie Menschen mit Demenz so an, wie sie sind. Durch die Veränderungen in ihrer geistigen Leistungsfähigkeit und Wahrnehmung leben Betroffene mehr und mehr in ihrer eigenen Welt. Betroffenen ist es oft nicht mehr möglich, langfristig aus dieser Welt „aufzutauchen“. Um weiterhin ein respektvolles Miteinander ermöglichen zu können, ist es oft notwendig, in die Welt der Erkrankten „einzutauchen“.
- » **Eigenständigkeit:** Halten Sie die Eigenständigkeit der Demenzerkrankten so weit und so lange wie möglich aufrecht. Geben Sie ein Maximum an Sicherheit, aber lassen Sie sie auch gewähren und genießen. Für das Selbstwertgefühl bedarf es eigener Erlebnis- und Aktivitätsräume. Das heißt, wenn Erkrankte bestimmten Aufgaben im Haushalt oder bei der Körperhygiene noch nachkommen können, dann lassen Sie ihnen diese.

- » **Kontinuität und Tagesstruktur:** Behalten Sie liebe Gewohnheiten bei. Vertraute Menschen, Dinge und Erinnerungsstücke an die gemeinsame Vergangenheit sind für Demenzerkrankte wichtiger als die Gegenwart, in der sie sich nicht mehr zurechtfinden. Besonders wichtig ist eine klare Tagesstruktur: Menschen mit Alzheimer finden sich besser zurecht, wenn sie zu regelmäßigen Zeiten morgens aufstehen und abends zu Bett gehen. Die Mahlzeiten sollten möglichst jeden Tag zur selben Zeit eingenommen werden. Ebenso empfehlenswert ist ein täglicher Spaziergang zur selben Zeit oder ein Besuch bei Freunden. Das richtige Maß an Aktivität und Pausen gibt dem Tag eine Struktur, die das Vor-sich-hin-Dösen aus Langeweile verhindert. Denn das gäbe den Nervenzellen nur die Information: kein Grund, sich anzustrengen.
- » **Einfachheit, Klarheit:** Menschen mit Alzheimer brauchen eine einfache,

- überschaubare und unkomplizierte Umwelt. Bringen Sie in der Wohnung Hinweisschilder, farbige Kennzeichnungen und gut lesbare Uhren und Kalender an. Sorgen Sie für ausreichende Beleuchtung in allen Räumen. Schreiben Sie wichtige Mitteilungen nur in kurzen, verständlichen Sätzen. Verzichten Sie auf abstrakte Begriffe. Dies gilt auch für die mündliche Kommunikation. Gestalten Sie die Räume frei und offen, ohne verwirrende optische Reize.
- » **Blicke, Gesten und Berührungen:** Suchen Sie den emotionalen Kontakt über Blicke, Gesten und Berührungen. Versuchen Sie auch einmal ohne Worte zu kommunizieren, wenn die sprachliche Verständigung immer schwieriger wird. Sie vermitteln so das Erlebnis von Nähe zwischen zwei Menschen und fördern die Speicherung von Informationen im Gehirn. Jede Information, die mit Gefühlen einhergeht, wird besser behalten.

- » **Keine Verbote:** Menschen mit Demenz stoßen oft an Grenzen und Ablehnungen, die sie kränken und nur schwer zu verarbeiten sind. Schlagen Sie Alternativen vor, statt Nein zu sagen. Dabei ist Ihre Fantasie gefragt.
- » **Vermeiden unsinniger Wortgefechte:** Oft ist man dazu geneigt, betroffenen Personen wieder und wieder zu erklären, dass ihre Vorstellung der Dinge falsch ist. Das führt zumeist zu mehr oder weniger heftigen Konflikten und verschärft die Situation oft zusätzlich. Vermeiden Sie daher unnötige Wortgefechte und versuchen Sie, Konflikte durch Ablenkung und Zuwendung zu lösen oder schon im Vorfeld zu vermeiden.
- » **Gelassenheit:** Reagieren Sie gelassen auf Ängstlichkeit oder Aggressivität und nehmen Sie sie nicht persönlich. Meistens sind die Betroffenen nur ratlos oder verunsichert – und wollen Sie keinesfalls kränken oder schikanieren.



### DEMENȚA - O BOALĂ A BĂTRĂNEȚII

**Peste 100.000 de austrieci suferă de demență. În 2050, vor fi mai mult de două ori până la aproape de trei ori mai mulți. La nivel mondial, se estimează peste 120 de milioane de pacienți cu demență. Creșterea mare are legătură și cu societatea îmbătrânită: una din fiecare 100 de persoane în vârstă de 60 de ani suferă de demență și una din trei la grupa de populație în vârstă de 90 de ani. Sfaturi pentru tratarea persoanelor cu demență.**

de Susanne Pichler

Dementa progresează în general lent - în funcție de stadiu, se vorbește despre o formă ușoară, moderată și severă. Persoanele afectate pierd treptat memoria, orientarea, limba, memoria pe termen scurt.

### Formă ușoară de demență

La început, propozițiile devin puțin mai scurte. Dacă o persoană bolnavă nu își amintește un cuvânt sau două, este „numai” cheia care nu mai poate fi găsită. Abilitatea de a-și aminti lucrurile de demult nu este adesea afectată.

### Forma moderată de demență

În forma moderată, cei afectați devin neliniștiți, le este greu sau dificil să-și găsească drumul în mediul familiar, activitățile cotidiene - cum ar fi spălatul sau mâncatul - sunt dificile.

### Formă severă de demență

La final, cei afectați nu mai știu ce zi este, orientarea lipsește complet, bolnavii nu-și mai recunosc copiii și partenerul. Personalitatea este, de asemenea, pierdută treptat, comportamentul social se schimbă - până când nu mai rămâne nimic din persoana care a fost.

### Îngrijirea și asistența persoanelor cu demență

Asistența și îngrijirea persoanelor cu demență necesită mult timp, forță și răbdare. Este cu atât mai important să fii atent la propria ta stare fizică și mentală. Asistența și îngrijirea persoanelor cu Alzheimer este încă în primul rând un „lucru de familie”. Aproximativ

80% dintre persoanele cu demență sunt îngrijite și asistate acasă în familie timp de mai mulți ani, în permanență, șapte zile pe săptămână. Acest lucru este asociat cu eforturi mari și prezintă adesea rudelor și îngrijitorilor provocări psihice și fizice dificile și, în unele cazuri, poate duce la suprasolicitarea totală.

#### Sfaturi pentru tratarea persoanelor cu demență

Din păcate, nu există rețete generale pentru tratarea persoanelor cu demență. Cu toate acestea, unele reguli de conduită și-au dovedit valoarea și pot face viața mai ușoară.

- » **Informații:** asistenții personali și rudele au nevoie de informații complete cu privire la demență și Alzheimer. Care sunt cauzele? Ce etape există? Ce precauții ar trebui să luați în casa dvs. pentru a preveni accidentele? Cu cât știți mai mult despre boală, cu atât sunteți mai siguri în gestionarea pacienților.
- » **Acceptare:** nu folosiți toate mijloacele pentru a influența și schimba persoanele afectate. Acceptați persoanele cu demență așa cum sunt. Datorită schimbărilor în performanță și percepția lor mentală, cei afectați trăiesc din ce în ce mai mult în propria lor lume. Adesea nu mai este posibil ca cei afectați să „iasă” din această lume pe termen lung. Pentru a continua cooperarea respectuoasă, este adesea necesar să ne „scufundăm” în lumea pacienților.
- » **Independență:** mențineți independența pacienților cu demență cât mai mult și cât mai des posibil. Oferiți maximă siguranță, dar lăsați-i să participe și să se bucure. Pentru respectul de sine ai nevoie de propria experiență și spațiu de activitate. Acest lucru înseamnă că, dacă pacientul mai poate îndeplini anumite sarcini în gospodărie sau în igiena personală, atunci lăsați-l să le facă.
- » **Continuitatea și structura zilnică:** Bmențineți obiceiurile îndrăgite. Persoanele cunoscute, lucrurile și amintirile din trecutul comun sunt mai importante pentru pacienții cu demență decât prezentul, în care nu își mai pot găsi calea. O structură clară a zilei este deosebit de importantă:

persoanele cu Alzheimer consideră că este mai ușor dacă au un program regulat pentru trezire dimineața și culcare seara. Mesele trebuie luate la aceeași oră în fiecare zi, dacă este posibil. De asemenea, este recomandat o plimbare zilnică sau o vizită la prieteni la aceeași oră. Cantitatea potrivită de activități și pauze oferă zilei o structură care împiedică plictiseala ucigătoare. Pentru că asta ar oferi celulelor nervoase numai aceste informații: niciun motiv să depunem efort.

- » **Simplitate, claritate:** persoanele cu Alzheimer au nevoie de un mediu simplu, ușor de gestionat și necomplicat. Plasați semne, marcaje colorate și ceasuri și calendare lizibile în apartament. Asigurați iluminare adecvată în toate camerele. Scrieți mesaje importante în propoziții scurte și inteligibile. Evitați termenii abstracți. Acest lucru este valabil și pentru comunicarea orală. Gândiți camerele liber și deschis, fără a stimulențe vizuale derutante.
- » **Priviri, gesturi și atingeri:** căutați contact emoțional prin priviri, gesturi și atingeri. Încercați să comunicați fără cuvinte atunci când comunicarea lingvistică devine din ce în ce mai dificilă. Aceasta transmite experiența apropierii dintre două persoane și promovează stocarea informațiilor în creier. Orice informație care vine cu sentimente este mai bine memorată.
- » **Fără interdicții:** persoanele cu demență adesea se revoltă împotriva restricțiilor și respingerilor care le jignesc și sunt dificil de procesat. În loc să spuneți nu, sugerați alternative. Imaginația este necesară.
- » **Evitați certurile fără sens:** oamenii sunt adesea înclinați să le explice pacienților iar și iar că ideea lor despre lucruri este greșită. Acest lucru duce de obicei la conflicte mai mult sau mai puțin violente și agravează adesea situația. Evitați certurile inutile și încercați să rezolvați conflictele prin distragerea atenției sau prin prevenție.
- » **Calm:** răspundeți calm la anxietate sau agresivitate și nu le luați personal. De cele mai multe ori, persoanele afectate sunt pierdute sau nesigure - și în niciun caz nu vreți să le jigniți sau să le hărțuiți.



#### DEMENCIA – CHOROBA STARÝCH LUDÍ

**Viac než 100 000 Rakúšanov trpí demenciou. V roku 2050 by ich malo byť oveľa viac než dvojnásobok, až takmer trikrát toľko. Na celom svete sa v tom čase počíta až s vyše 120 miliónmi pacientov s demenciou. Veľký nárast súvisí aj so starnúcou spoločnosťou: U 60-ročných ľudí trpí demenciou každý stý, u 90-ročných je to už každý tretí. Tipy na prácu s ľuďmi postihnutými demenciou.**

Autor: Susanne Pichler

Demencia zvyčajne postupuje pomaly – v závislosti od štádia ochorenia sa hovorí o ľahkej, stredne ťažkej a ťažkej forme. Postihnutí ľudia postupne strácajú krátkodobú pamäť, orientáciu, reč, pamäť.

#### Ľahká forma demencie

Na začiatku sa vety stávajú o niečo kratšími, chorému sem tam vypadne slovíčko alebo je to „len“ kľúč, ktorý už nemôže nájsť. Schopnosť spomenúť si na veci z ďalekej minulosti často ešte nie je narušená

#### Stredne ťažká forma demencie

Pri stredne ťažkej forme sú postihnuté osoby nepokojné, už sa nevedia dobre orientovať v známom prostredí alebo len s ťažkosťami, každodenné činnosti ako napríklad umývanie alebo jedenie im už robia problémy.

#### Ťažká forma demencie

Nakoniec už postihnutí nevedia, aký je práve deň, úplne im chýba orientácia, chorí ľudia už nespoznávajú svoje vlastné deti alebo svojho partnera/partnerku. Postupne sa stráca aj osobnosť, mení sa spoločenské správanie – až kým v človeku nezostane nič z toho, kým bol kedysi.

#### Ošetrovanie a starostlivosť o ľudí s demenciou

Ošetrovanie a starostlivosť o ľudí s demenciou si vyžaduje veľa času, sily a trpezlivosti. O to dôležitejšie je venovať pozornosť aj svojmu vlastnému fyzickému a duševnému stavu. Ošetrovanie a starostlivosť o ľudí s Alzheimerovou chorobou je stále v prvom rade „rodin-

# 9 Tipps im Umgang mit Menschen mit Demenz

9 sfaturi pentru tratarea persoanelor cu demență  
9 tipov, ako pracovať s ľuďmi postihnutými demenciou  
9 tipp a demenciában szenvedő emberekkel való bánásmódrá



#### Information zum Thema

Informații despre acest subiect  
Informácie o téme  
Felvilágosítás a témáról



#### Akzeptanz

Acceptare  
Akceptovanie  
Elfogadás



#### Eigenständigkeit

Autonomie  
Samostatnosť  
Önállóság



#### Kontinuität und Tagesstruktur

Continuitatea și structura zilnică  
Kontinuita a denný režim  
Folyamatosság és napi rutin



#### Einfachheit, Klarheit

Simplitate, claritate  
Jednoduchosť, prehľadnosť  
Egyszerűség, egyértelműség



#### Blicke, Gesten und Berührungen

Priviri, gesturi și atingeri  
Pohľady, gestá a dotyky  
Pillantások, gesztusok és érintések



#### Keine Verbote

Fără interdicții  
Žiadne zákazy  
Nincs tiltás



#### Vermeiden unsinniger Wortgefechte

Evitați certurile fără sens  
Vyhýbanie sa nezmyselným slovným súbojom  
Kerülje az értelmetlen szócsatákat



#### Gelassenheit

Calm  
Pokoj  
Higgadtóság

nou záležitosťou“. O približne 80 % ľudí s demenciou sa starajú dlhé roky doma v rodine, nepretržite, sedem dní v týždni. Je to spojené s veľkou námahou a často to predstavuje pre príbuzných a opatrovateľov náročné psychologické aj fyzické výzvy, čo môže v niektorých prípadoch viesť k úplnému preťažovaniu.

#### Tipy na prácu s ľuďmi postihnutými demenciou

Žiaľ, neexistujú žiadne všeobecne platné postupy práce s ľuďmi postihnutými demenciou. Niektoré pravidlá správania sa však osvedčili a môžu uľahčiť život.

- » **Informácie:** Opatrovatelia a príbuzní potrebujú komplexné informácie o demencii a Alzheimerovej chorobe. Aké sú príčiny? V akých etapách to prebieha? Aké preventívne opatrenia by mali vo svojej domácnosti prijať, aby predchádzali úrazom? Čím viac človek vie o tejto chorobe, tým viac si bude istejší v tom, ako zaobchádzať s postihnutým.
- » **Akceptácia:** Nepokúšajte sa akýmkoľvek prostriedkami ovplyvňovať alebo meniť postihnutého. Prijmite ľudí s demenciou takých, akých sú. Z dôvodu zmien ich mentálnych schopností a vnímania žijú postihnutí stále viac vo svojom vlastnom svete. Často už nie je možné, aby sa postihnuté osoby z dlhodobého hľadiska z tohto sveta dostali späť. Aby bolo možné ďalšie spoločné fungovanie, je často potrebné „ponoriť sa“ do sveta chorých.
- » **Samostatnosť:** Udržiavajte samostatnosť osôb trpiacich demenciou v čo najväčšej možnej miere a čo najdlhšie. Poskytnite im maximálnu bezpečnosť, ale ponechajte im aj voľnosť a možnosť užívať si život. Pre pocit sebavedomia je potrebný vlastný priestor pre zážitky a aktivity. To znamená, že ak chorí dokážu stále vykonávať určité úlohy v domácnosti alebo v rámci osobnej hygieny, nechajte ich to robiť.
- » **Kontinuita a denný režim:** Zachovajte obľúbené zvyklosti. Znami ľudia, veci a spomienkové predmety zo spoločnej minulosti sú pre ľudí postihnutých demenciou dôležitejšie než prítomnosť, v ktorej sa už nedokážu zorientovať. Jasný denný režim je mi-

- oriadne dôležitý: Ľudia s Alzheimerovou chorobou sa lepšie zorientujú, keď ráno pravidelne vstávajú a večer idú do postele v tom istom čase. Je to tiež mali podľa možnosti každý deň v rovnakom čase. Odporúča sa tiež pravidelná denná prechádzka alebo návšteva priateľov v rovnakom čase. Primerané množstvo aktivít a prestávok tvorí denný režim, ktorý zabráni tomu, aby z nudy hľadeli len tak do prázdna. Pretože to by poskytlo nervovým bunkám iba informáciu: žiadny dôvod namáhať sa.
- » **Jednoduchosť, jednoznačnosť:** Ľudia s Alzheimerovou chorobou potrebujú jednoduché, prehľadné a nekomplikované prostredie. V byte umiestnite informačné tabuľky, farebné značky a dobre čitateľné hodiny a kalendáre. Zabezpečte dostatočné osvetlenie vo všetkých miestnostiach. Dôležité správy píšite krátkymi, zrozumiteľnými vetami. Vyhnite sa abstraktným pojmom. Platí to aj pre ústnu komunikáciu. Miestnosť by mala byť voľná a otvorená, bez mätúcich vizuálnych stimulov.
  - » **Pohľady, gestá a dotyky:** Vyhľadajte emocionálny kontakt prostredníctvom pohľadov, gest a dotykov. Snažte sa komunikovať bez slov, keď sa jazykové dorozumievanie stáva čoraz ťažším. Sprostredkujete tak zážitok z blízkosti dvoch ľudí a podporíte ukládanie informácií do mozgu. Všetky informácie, ktoré sú sprevádzané pocitmi, sa lepšie uchovávajú.
  - » **Žiadne zákazy:** Ľudia s demenciou sa často stretávajú s obmedzeniami a odmietnutiami, ktoré im ubližujú a ťažko ich spracovávajú. Namiesto toho, aby ste povedali nie, navrhňte alternatívy. Zapojte pritom svoju fantáziu.
  - » **Vyhnite sa nezmyselným slovným súbojom:** Ľudia majú často sklony k tomu, že postihnutým osobám neustále dokola vysvetľujú, že ich predstava o veciach je nesprávna. To zvyčajne vedie k viac alebo menej prudkým konfliktom a často navyše vyostruje situáciu. Vyhnite sa preto zbytočným slovným súbojom a pokúste sa konflikty vyriešiť rozptýlením a pozornosťou alebo im už vopred zabráňte.
  - » **Pokoj:** Na úzkosť alebo agresivitu reagujte pokojne a neberte ich osob-

ne. Postihnuté osoby sú väčšinou len bezradné alebo zneistené – a žiadnym spôsobom vás nechcú uraziť alebo šikanovať.



#### DEMENCIA – AZ IDŐSKOR BETEGSÉGE

**Több mint 100 000 osztrák szenved demenciában. 2050-re állítólag több mint kétszer ennyi, csaknem háromszor ilyen sok ember fog demenciával élni. Világszerte több mint 120 millió demenciában szenvedő beteggel számolunk. A jelentős növekedés az időseddő társadalommal is összefüggésben van. A 60 évesek közül minden századik szenved demenciában, a 90 évesek közül már minden harmadik. Típek a demenciában szenvedő emberekkel való bánásmódrá.**

Írta: Susanne Pichler

A demencia általában lassú lefolyású. A stádiumtól függően a betegség enyhe, középsúlyos és súlyos stádiumáról beszélünk. Az érintettek fokozatosan elveszítik a rövid távú memóriájukat, tájékozódási, nyelvi képességeiket, emlékezetüket.

#### A demencia enyhe stádiuma

Eleinte a beteg által mondott mondatok egy kicsit rövidebbek lesznek, egy-két szó nem jut eszébe, mindig „csak” a kulcs az, amit már nem talál. A távoli dolgokra való visszaemlékezés képessége ilyenkor gyakran még nem romlik.

#### A demencia középsúlyos stádiuma

A középsúlyos stádiumban az érintettek nyugtalanná válnak, egyáltalán nem vagy nehezen találják meg magukat a megszokott környezetükben, már a mindennapi tevékenységek, például a mosás vagy az étkezés is nehezükre esnek.

#### A demencia súlyos stádiuma

A legvégén az érintettek már nem tudják, milyen nap van, teljesen hiányzik a tájékozódási képességük, a betegek már a saját gyermekeiket vagy párjukat sem ismerik fel. A személyiségük szintén fokozatosan elvész, a társadalmi viselkedésük megváltozik egészen annyira, hogy nem marad abból az emberből senki, aki egykoron volt.

#### A demenciában szenvedők gondozása és ápolása

A demenciában szenvedők gondozása és ápolása sok időt, erőt és türelmet igényel. Ezért is különösen fontos, hogy odafigyeljünk saját testi és szellemi állapotunkra. Az Alzheimer-kórban szenvedők gondozása és ápolása továbbra is elsősorban „családi dolog”. A demenciában szenvedő emberek kb. 80%-át hosszú éveken keresztül otthon, éjjel-nappal, a hét minden napján gondozza és ápolja a családja. Ez nagy erőfeszítéseket igényel, és gyakran nehéz lelki és fizikai kihívások elé állítja a rokonokat és gondozókat, valamint bizonyos esetekben teljesen túlterhelheti az embert.

#### Típek a demenciában szenvedő emberekkel való bánásmódrá

Sajnos nincs általános recept a demenciában szenvedőkkel való bánásmódrá. Néhány viselkedési szabály azonban bevált, és ezek megkönnyíthetik az életüket.

- » **Felvilágosítás:** A gondozóknak, valamint rokonoknak átfogó információ birtokában kell lenniük a demencia és az Alzheimer-kór témájáról. Mik az okok? Milyen stádiumban tart a betegség? Milyen övintézkedéseket kell tennie otthonában a balesetek megelőzése érdekében? Minél többet tud a betegségről, annál magabiztosabb a betegek kezelésében.
- » **Elfogadás:** Ne próbáljon meg minden áron az érintettre hatással lenni, és ne akarja megváltoztatni őt. Fogadja el a demenciában szenvedőket úgy, ahogy vannak. A mentális teljesítményükben és felfogásukban végbement változások miatt az érintettek egyre inkább elkezdnek a saját világukban élni. Az érintettek gyakran már nem képesek hosszú időre „kijutni” ebből a világból. A tiszteletteljes bánásmód folytatása érdekében gyakran „be kell merülni” a betegek világába.
- » **Önállóság:** Hagyja meg a demenciában szenvedők önállóságát, amennyire csak lehetséges. Nyújtson maximális biztonságot, de biztosítsa az önállóságukat, és hagyja, hogy az érintett ki is élvezze azt. Az önértékeléshez saját élmény- és tevékenységi térre van szükség. Ez azt jelenti, hogy ha a betegek továbbra is el tudnak



- végezni bizonyos feladatokat a háztartásban vagy a személyes higiénia vonatkozásán, akkor hagyja, hogy azokat maguk csinálják.
- » **Folyamatosság és napi rutin:** Tartsa meg kedves szokásait. Ismerős emberek, dolgok és emléktárgyak a közös múltból fontosabbak a demenciában szenvedők számára, mint a jelen, amelyben már nem tudnak eligazodni. Különösen fontos az egyértelmű napi rutin: az Alzheimer-kórban szenvedők könnyebben boldogulnak, ha reggelente mindig ugyanabban az időpontban kelnek fel, illetve este mindig ugyanabban az időpontban fekszenek le. Lehetőség szerint minden nap ugyanabban az időpontban étkezzen a beteg. Ugyanakkor ajánlott, hogy naponta ugyanabban az időben sétálni menjünk vagy meglátogassuk a barátokat. A megfelelő mértékű tevékenység és szünet az egész napnak egy olyan struktúrát biztosít, amely megakadályozza, hogy a beteg unalmában elbóbiskoljon. Ez csupán a következő információt adná az idegsejteknek: nem igényelnek erőfeszítést.
  - » **Egyszerűség, egyértelműség:** Az Alzheimer-kórban szenvedő embereknek egyszerű és átlátható környezetre van szükségük. Helyezzen el a lakásban táblákat, színes jelöléseket, jól olvasható órákat és naptárakat. Minden helyiségben gondoskodjon a megfelelő megvilágításról. Írjon fontos üzeneteket rövid, érthető mondatokkal. Kerülje az elvont fogalmakat. Ez vonatkozik a szóbeli kommunikációra is. Tegye szabaddá és nyitlta a

- helyiségeket, kerülje a zavaró vizuális ingereket.
- » **Pillantások, gesztusok és érintések:** Keressen érzelmi kapcsolatot pillantások, gesztusok és érintések révén. Próbáljon meg szavak nélkül is kommunikálni, amikor a verbális kommunikáció egyre nehezebbé válik. Ezzel Ön közeli élményeket ad az érintettnek, és elősegíti az információk tárolását az agyában. Minden olyan információ jobban megmarad, amelyhez érzelmek kapcsolódnak..
  - » **Nincs tiltás:** A demenciában szenvedő emberek gyakran olyan korlátokkal és elutasításokkal szembesülnek, amelyek károsítják őket, és amelyeket nehéz feldolgozni. Ahelyett, hogy nemet mondana, javasoljon alternatívákat. Ennek során a képzelőereje próbára van téve.
  - » **Kerülje az értelmetlen szócsatákat:** Az emberek gyakran hajlamosak arra, hogy újra és újra elmagyarázzák az érintetteknek azt, hogy a dolgokról alkotott elképzelésük rossz. Ez általában többé-kevésbé éles konfliktusokhoz vezet, és gyakran tovább súlyosbítja a helyzetet. Kerülje el a felesleges szócsatákat, és próbálja meg figyelemeltereléssel és törődéssel megoldani a konfliktusokat, vagy kerülje el őket már előre.
  - » **Higgadság:** Higgadtan reagáljon a nyugtalanságra vagy az agresszivitásra, és ne vegye őket személyes támadásnak. Az érintett személyek legtöbbször csak tanácstalan vagy bizonytalan, és valójában nem akarnak megbántani vagy bosszantani senkit.



# Im Namen der Qualität



Nicht nur die vielen Einreichungen für die jährliche Initiative „PflegerIn mit Herz“ in der Kategorie 24-Stunden-Betreuung – die Ausgezeichneten aus allen Bundesländern wurden in diesem Magazin vorgestellt – zeigen es; auch in der Praxis – zu Hause in den Wohnungen und Häusern der Betreuten oder draußen, zum Beispiel in den Parkanlagen oder auf den Gehwegen, wo sie die ihnen Anvertrauten während ihrer Spaziergänge begleiten – erweist es sich augenscheinlich täglich aufs Neue: dass die vielen Tausend in Österreich tätigen selbstständigen Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer sich der Bedeutung und Tragweite ihrer Aufgabe in höchstem Maße bewusst sind.

Unsere Aufgabe in der Interessenvertretung der selbstständigen Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer im Fachverband „Personenberatung und Personenbetreuung“ in der Wirtschaftskammer Österreich sowie in den Fachgruppen der Bundesländerkammern sehen wir folgerichtig darin, Ihnen als unseren Mitgliedern noch bessere Voraussetzungen für die Erbringung einer qualitativ hochwertigen Dienstleistung zu ermöglichen. Daran arbeiten wir auch heuer wieder mit ganzer Kraft.



## ÎN NUMELE CALITĂȚII

Nu o demonstrează doar numeroasele nominalizări pentru inițiativa anuală „Îngrijire cu suflet” la categoria de îngrijire de 24 de ore pe zi - câștigătorii din toate statele federale au fost prezentați în această revistă; de asemenea, în practică - acasă, în apartamentele și casele persoanelor îngrijite sau afară, de exemplu în parcuri sau pe stradă, unde își îndeșesc pașii în timp

plimbărilor - este evident în fiecare zi: multe mii de asistenți personali independenți din Austria sunt extrem de conștienți de importanța și sfera sarcinii lor.

În consecință, sarcina noastră este de a reprezenta interesele asistenților personali independenți din asociația profesională „Consiliere și îngrijire personală” din Camera de comerț austriacă și din grupurile profesionale din camerele federale ale statului în asigurarea pentru dvs., membrii noștri, a unor condiții și mai bune pentru furnizarea unui serviciu de înaltă calitate. Lucrăm din nou și din greu la aceasta din acest an.



## V MENE KVALITY

Neukazuje to len množstvo nominácií do každoročnej iniciatívy „Opatrovateľ(ka) so srdcom” v kategórii 24-hodinová starostlivosť - ocenení víťazi zo všetkých spolkových krajín boli predstavení v týchto novinách; aj v praxi - doma v bytoch a domoch opatrovaných ľudí alebo vonku, napr. v parku alebo na chodníkoch, kde sprevádzajú svojich zverencov počas ich prechádzok - je každý deň evidentne vidieť, že mnohé tisíce nezávislých opatrovateľov a opatrovateliek pracujúcich v Rakúsku si veľmi dobre uvedomujú dôležitosť a dosah svojej úlohy.

Z toho vyplýva, že našou úlohou v rámci zastupovania záujmov nezávislých opatrovateľov a opatrovateliek v odbornom združení pre osobné poradenstvo a osobnú starostlivosť v Hospodárskej komore Rakúska, ako aj v odborných skupinách komôr jednotlivých spolkových krajín je poskytnúť im ako našim členom ešte lepšie podmienky pre poskytovanie kvalitných

služieb. V tomto roku na tom opäť budeme pracovať zo všetkých síl.



## A MINŐSÉG NEVÉBEN

Azt, hogy az Ausztriában sok ezer önfoglalkoztatottként dolgozó gondozó a lehető legnagyobb mértékben tisztában van a feladatuk fontosságával és jelentőségével nemcsak az mutatja, hogy mennyien neveztek a „Gondozás teljes szívvel” éves kezdeményezés 24 órás gondozás kategóriájába, hanem a mindennapi gyakorlat is nyilvánvalóan ezt igazolja, tehát a gondozottak otthonában, lakásukban vagy házukban végzett gondozás, vagy éppen séggel kint a szabadban, például parkokban vagy járdákon, ahová a gondozók sétálni kísérik a rájuk bízottakat.

Ebből kifolyólag a „személyi tanácsadással és személygondozással” foglalkozó szakmai szövetségben, az Osztrák Kereskedelmi Kamarában, illetve Ausztria kamaráinak szakmai csoportjaiban dolgozó önfoglalkoztatott gondozók érdekképviselőinek szempontjából abban látjuk feladatunkat, hogy Önöknek mint tagjainknak még jobb feltételeket biztosítsunk ahhoz, hogy minőségileg magas színvonalú szolgáltatást tudjanak nyújtani. Ezen dolgozunk idén teljes erőnkkel.

**Ihr Andreas Herz**  
Fachverbandsobmann  
Președintele asociației  
Președea odborného združenia  
Szövetségi elnök

# let's cook

## KÄSE-SCHINKEN GNOCCHI



GNOCCHI CU BRÂNZĂ ȘI ȘUNCĂ / SYROVO-ŠUNKOVÉ GNOCCHI / SAJTOS-SONKÁS GNOCCHI



### Zutaten für 2 Portionen

- » 500 g Gnocchi
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 4 Scheibe/n Kochschinken
- » 150 ml Sahne
- » 50 g Schmelzkäse
- » 2 EL Parmesan
- » 1 EL Olivenöl
- » Salz und Pfeffer

### Zubereitung

Die Gnocchi nach Packungsanweisung garen. Knoblauch fein hacken und im Olivenöl kurz andünsten. Schinken würfeln und mitbraten. Mit Sahne ablöschen und aufkochen lassen. Käse in der Soße schmelzen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gnocchi in die Soße geben und servieren.



### Ingrediente pentru 2 porții

- » 500 g gnocchi
- » 1 cățel de usturoi
- » 4 felii de șuncă
- » 150 ml smântână
- » 50 g brânză topită
- » 2 linguri de parmezan
- » 1 lingură de ulei de măsline
- » Sare și piper

### Mod de preparare

Gătiți gnocchi conform instrucțiunilor de pe pachet. Se toacă usturoiul fin și se prăjește scurt în uleiul de măsline. Taiți șunca și prăjiți-o cu usturoiul. Amestecați cu smântână și lăsați să clocotească. Topiți brânza în sos. Se condimentează cu sare și piper. Puneți gnocchi-ul în sos și serviți.



### Suroviny pre 2 porcie

- » 500 g gnocchi
- » 1 strúčik cesnaku
- » 4 plátky varenej šunky
- » 150 ml smotany
- » 50 g taveného syra
- » 2 PL parmezánu
- » 1 PL olivového oleja
- » Sol' a korenie

### Príprava

Gnocchi uvaríme podľa pokynov na obale. Cesnak nakrájame nadrobno a krátko podusíme na olivovom oleji. Šunku nakrájame na kocky a opražíme v oleji s cesnakom. Podlejeme smotanou a necháme povariť. Tavený syr rozpustíme v omáčke. Dochutíme soľou a korením. Gnocchi dáme do omáčky, zmiešame a servujeme.



### Hozzávalók 2 adaghoz

- » 500 g gnocchi
- » 1 gerezd fokhagyma
- » 4 szelet főtt sonka
- » 150 ml tejszín
- » 50 g ömlesztett sajt
- » 2 evőkanál parmezan
- » 1 evőkanál olívaolaj
- » Só és bors

### Elkészítés

Főzze ki a gnocchit a csomagoláson megadott utasítás szerint. Vágja fel apróra a fokhagymát, és rövid ideig dinsztelje meg olívaolajon. Kockázza fel a sonkát, és adja hozzá a fokhagymához. Öntse fel tejszínnel, majd forralja fel az egészet. Olvassza meg a sajtot a szószban. Ízesítse sóval és borssal. Adja hozzá a gnocchit a szószhoz, és tálalja.

# ! Gutes Gelingen!

Mult succes! / Veľa úspechov! / Jó étvágyat!

www.chefkoch.de

# Kontakt

Contact / Kapcsolat



## BURGENLAND

Robert-Graf-Platz 1  
7000 Eisenstadt  
T 05/90907-3120  
F 05/90907-3115  
E alexander.krail@wkbgl.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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://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](http://www.daheimbetreut.at)