

# DAHEIM BETREUT



**Zurück zur Normalität:** die wichtigsten Infos zu Impfen, Testen & Vorsichtsmaßnahmen! / **Povratak u normalu:** najvažnije informacije o cijepljenju, testiranju i mjerama predostrožnosti!

**Înapoi la normal:** cele mai importante informații despre vaccinare, testare și măsuri de precauție! / **Spät do normálu:** najdôležitejšie informácie o očkovaní, testovaní a preventívnych opatreniach!

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

# Fachgruppenobfrauen / Fachgruppenobmänner

Njegovateljica/njegovatelj  
Președinte grupuri profesionale / Președinți grupuri profesionale  
Vedúce/vedúci odborných sekcií



**Burgenland**  
Fachgruppenobmann  
Ing. Mag. Harald Zumpf



**Kärnten**  
Fachgruppenobfrau  
Irene Mitterbacher



**Niederösterreich**  
Fachgruppenobmann  
Robert Pozdena



**Oberösterreich**  
Fachgruppenobfrau  
Mag. Dr. Viktoria Tischler



**Salzburg**  
Fachgruppenobmann  
DI Günther Schwiefert



**Steiermark**  
Fachgruppenobmann  
Andreas Herz, MSc



**Tirol**  
Fachgruppenobmann  
Bernhard Moritz, MSc



**Vorarlberg**  
Fachgruppenobfrau  
KommR Susanne Rauch-Zehetner



**Wien**  
Fachgruppenobmann  
Mag. Harald Janisch

# Der Verantwortung bewusst



Letzten Endes trifft jeder Mensch für sich selbst in Eigenverantwortung die Entscheidung, wie strikt er sich an empfohlene Vorsichtsmaßnahmen hält, wie oft er sich testen lässt und ob er sich und andere durch eine Schutzimpfung davor bewahrt, an Covid zu erkranken bzw. der Gefahr eines schweren Krankheitsverlaufs mit all seinen möglicherweise dramatischen Folgen ausgesetzt zu sein. Doch im Umgang mit älteren und zu einem erheblichen Teil auch von Vorerkrankungen betroffenen Menschen, die einem besonders hohen Risiko eines schweren oder gar tödlichen Krankheitsverlaufs unterliegen, tragen wir eine besonders hohe Verantwortung. Diese Verantwortung war den selbstständigen Personenbetreuer\*innen und den Agenturen von Anfang an bewusst – und sie sind ihr auch in höchstem Umfang gerecht geworden. Die persönliche Nähe, die in der 24-Stunden-Betreuung zwischen Betreuten und Betreuenden gegeben ist, schafft ein besonders ausgeprägtes Bewusstsein für diese Verantwortung. Viele der Betreuten sind mittlerweile geimpft, auch viele Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer. Vorsicht ist dennoch weiterhin geboten – Vorsicht aus Verantwortung. Denn zu viele Fragen hinsichtlich der Pandemie und ihrer zukünftigen Entwicklung sind noch nicht geklärt.



## SVJESNI ODGOVORNOSTI

U konačnici svaka osoba za sebe snosi odgovornost kada je riječ o odluci o tome u kojoj će se mjeri pridržavati preporučenih mjera predostrožnosti, koliko će se često testirati te hoće li sebe i druge cijepljenjem zaštititi od obolijevanja od bolesti COVID-19, odnosno eventualnog teškog tijeka bolesti i mogućih dramatičnih posljedica. Međutim, mi snosimo posebno visoku razinu odgovornosti kada radimo sa starijim osobama i ljudima koji

u znatnoj mjeri pate od prethodnih oboljenja, a oni su izloženi posebno visokom riziku od ozbiljnog ili čak fatalnog ishoda tijeka bolesti. Samostalno njegovateljice i njegovatelji te agencije za posredovanje od samog početka svjesni te goleme odgovornosti – i u najvećoj su joj mjeri bili dorasli. Osobnom bliskošću koja u okviru 24-satne skrbi postoji između osobe za koju se skrbi i njegovateljice ili njegovatelja stvara se posebno izražena svijest o ovoj odgovornosti. Brojne osobe za koje se skrbi u međuvremenu su primile cjepivo, baš kao i brojne njegovateljice i njegovatelji. Ipak, oprez je i dalje potreban – oprez zbog odgovornosti. Naime, previše pitanja u pogledu pandemije i njezina budućeg razvoja i dalje nije razjašnjeno.



## CONȘTIENT DE RESPONSABILITATE

În cele din urmă, fiecare își asumă responsabilitatea pentru a decide cât de strict respectă măsurile de precauție recomandate, cât de des se poate testa și dacă se protejează pe el însuși și pe ceilalți de Covid-19 sau de riscul unei forme grave a bolii cu toate consecințele sale potențial dramatice, prin vaccinare. Cu toate acestea, avem un nivel deosebit de ridicat de responsabilitate când discutăm despre persoanele în vârstă și, într-o măsură considerabilă, despre cei afectați de boli anterioare, care prezintă un risc deosebit de mare de a dezvolta un curs grav sau chiar fatal al bolii. Agențiile și asistenții independenți de îngrijire personală au fost conștienți de această responsabilitate încă de la început – și s-au ridicat la nivelul așteptărilor în cea mai mare măsură posibilă. Proximitatea fizică între asistent și persoana îngrijită, aferentă îngrijirii permanente, creează o conștientizare deosebit de pronunțată a acestei responsabilități. Mulți dintre cei îngrijiti au fost acum vaccinați, inclusiv mulți asistenți de îngrijire personală. Cu

toate acestea, este necesară prudența – prudență responsabilă. Pentru că prea multe întrebări despre pandemie și dezvoltarea sa viitoare nu au primit încă răspuns.



## VEDOMÍ SI ZODPOVEDNOSTI

Každá osoba v konečnom dôsledku nesie vlastnú zodpovednosť za rozhodnutie, ako striktné bude dodržiavať odporúčané preventívne opatrenia, ako často sa nechá otestovať a či bude chrániť seba a ostatných pred ochorením na Covid alebo pred rizikom vážneho priebehu ochorenia s možnými dramatickými následkami ochorenia očkovaním. Máme však mimoriadne veľkú zodpovednosť pri styku so staršími osobami, ktoré sú do značnej miery postihnuté predchádzajúcimi chorobami a sú vystavené mimoriadne vysokému riziku vážneho alebo dokonca smrteľného priebehu ochorenia. Nezávislí opatrovatelia, nezávislé opatrovatelky a agentúry si túto zodpovednosť uvedomovali hneď od začiatku – a v maximálnej možnej miere ju aj naplnili činmi. Osobná blízkosť medzi opatrovateľom(-kou) a opatrovanou osobou pri 24-hodinovej starostlivosti vytvára obzvlášť výrazné povedomie o tejto zodpovednosti. Veľa osôb odkázaných na starostlivosť bolo medzičasom zaočkovaných vrátane mnohých opatrovateľov a opatrovateliek. Napriek tomu je stále potrebná opatrnosť – opatrnosť vyplývajúca zo zodpovednosti. Pretože príliš veľa otázok v súvislosti s pandemiou a jej budúcom vývoji ešte nebolo zodpovedaných.

## Irene Mitterbacher

Fachgruppen-Obfrau  
Predsjednica strukovne udruge  
Președinta grupului profesional  
Predsedníčka odbornej skupiny

# Online-Infos zu Covid & Co

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



## 1. Homepage [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)

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

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

2. Informationen zur **Corona-Impfung** und die **Links zur Anmeldung** in den Bundesländern finden Sie auf der Homepage der Initiative „Österreich impft“: [www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)

3. Zu den freiwilligen und kostenlosen Corona-Schnelltests in Teststraßen und Apotheken in allen Bundesländern können Sie sich hier anmelden: [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at)

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

[www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)

5. Wichtige Informationen in 17 Sprachen zu Corona mit weiterführenden Links und Hotline erhalten Sie auf: [www.integrationsfonds.at/coronainfo](http://www.integrationsfonds.at/coronainfo)

6. Online-Ratgeber <https://ratgeber.wko.at/personenbetreuung/>  
Ebenfalls in 12 Sprachen gibt der WKO-Online-Ratgeber Auskunft zu Gründung, Standort- und Wechsel der Betriebsstätte, Sozialversicherung sowie zahlreichen weiteren Fragen.

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



## Internetske informacije u vezi s bolešću Covid-19 i sl.

**Gotovo svaki dan novi razvoji događaja, informacije, pravila, propisi: kriza uzrokovana koronavirusom suočava nas s golemim izazovima – zbog čega su brze i kompetentne informacije tražene.**

1. Početna stranica [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)

Na početnoj stranici stručnog saveza „Skrb za osobe i njega“ uvijek ćete moći pronaći najvažnije informacije u vezi s bolešću COVID-19 i trenutnom situacijom koje su posebno prilagođene potrebama i situaciji njegovateljica i njegovatelja aktivnih u 24-satnoj skrbi – i to na 12 jezika.

Uz koronavirus i njegove posljedice, na web-mjestu [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at) pronaći ćete i dodatne važne informacije te moći preuzeti primjerke ugovora, obrazaca i plana za hitne slučajeve, kao i popis svih austrijskih agencija s dozvolom za rad.

2. Informacije o **cjepivu protiv koronavirusa i poveznice za prijavu** u pojedinim saveznim državama pronaći ćete na početnoj stranici austrijske inicijative za cijepljenje „Österreich impft“: [www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)

3. Na dobrovoljne i besplatne brze testove na koronavirus u centrima za testiranje i ljekarnama u svim saveznim državama možete se prijaviti ovdje: [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at)

4. Pregled svih važnih informacija i mjera u vezi s koronavirusom i pandemijom koronavirusa nalazi se na početnoj stranici Gesundheit.gv.at, austrijskoga javnog

zdravstvenog portala: [www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus](http://www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus)

5. Važne informacije na 17 jezika u vezi s koronavirusom, dodatne poveznice i telefonski broj pozivne linije pronaći ćete na: [www.integrationsfonds.at/coronainfo](http://www.integrationsfonds.at/coronainfo)

6. Internetski savjetnik <https://ratgeber.wko.at/personenbetreuung/> Internetski savjetnik Austrijske gospodarske komore također na 12 jezika informira o osnivanju poduzeća, promjeni lokacije i poslovnog prostora, socijalnom osiguranju te o brojnim drugim pitanjima.

7. Važne informacije i poveznice pronaći ćete i na početnoj stranici stručnog saveza „Skrb za osobe i njega“: <https://www.wko.at/branchen/gewerbe-handwerk/personenberatung-betreuung/selbstaendige-personenbetreuer.html>



## Informații online despre Covid & Co

**Aproape în fiecare zi noi evoluții, informații, reguli, reglementări: ca și până acum, criza Corona ne confruntă în mod constant cu provocări imense - sunt necesare informații rapide și competente.**

1. Pagina principală [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)

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

În afară de koronavirus și consecințele sale, veți găsi de asemenea informații suplimentare, modele de contracte și formulare ce pot fi descărcate, precum și un plan de urgență și o listă a tuturor agențiilor cu autorizație de funcționare în Austria, pe [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at).

2. Informații despre **vaccinarea împotriva koronavirusului și linkuri de înregistrare** în statele federale puteți găsi pe pagina principală a inițiativei „Austria se vaccinează”: [www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)

3. Vă puteți înregistra aici pentru testele rapide Corona voluntare și gratuite pe străzile de testare și în farmaciile din toate statele federale: [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at)

4. Pagina principală a Gesundheit.gv.at, portalul de sănătate publică din Austria, oferă o prezentare generală a tuturor in-



formațiilor și măsurilor importante referitoare la koronavirus și la pandemie:

[www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus](http://www.gesundheit.gv.at/aktuelles/coronavirus)

5. Puteți găsi informații importante în 17 limbi despre koronavirus, cu linkuri suplimentare și o linie telefonică la: [www.integrationsfonds.at/coronainfo](http://www.integrationsfonds.at/coronainfo)

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

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



## Online informácie o Covid-19

**Takmer každý deň nový vývoj, informácie, pravidlá, nariadenia: Tak ako predtým, aj teraz nás koronakríza neustále konfrontuje s enormnými výzvami – sú potrebné rýchle a kompetentné informácie.**

1. Domovská stránka [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)

Na domovskej stránke odborného združenia pre „osobné poradenstvo a osobnú starostlivosť“ nájdete najdôležitejšie informácie o ochorení Covid-19 a aktuálnej situácii, špeciálne

prispôbené potrebám a situácii personálu poskytujúceho 24-hodinovú starostlivosť – v 12 jazykoch.

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

2. Informácie o **očkovaní proti koronavírusu a odkazy na prihlásenie** v spolkových krajinách nájdete na domovskej stránke iniciatívy „Rakúsko očkuje“: [www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)

3. Zaregistrovať sa na dobrovoľné a bezplatné rýchlotesty na koronavírus v testovacích miestach a lekárnach vo všetkých spolkových krajinách sa môžete tu: [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at)

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

5. Dôležité informácie o koronavírusu v 17 jazykoch s ďalšími odkazmi a horúcou linkou nájdete na stránke: [www.integrationsfonds.at/coronainfo](http://www.integrationsfonds.at/coronainfo)

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

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

# Covid-19

## FRAGEN & ANTWORTEN

Covid-19: PITAŃJA I ODGOVORI  
Covid-19: ÎNTREBĂRI ȘI RĂSPUNSURI  
Covid-19: OTÁZKY A ODPOVEDE



### Warum gegen Corona impfen lassen?

1. Weil eine Impfung mit einem der zugelassenen Impfstoffe mit hoher Wirksamkeit gegen eine Erkrankung nach einer Infektion mit dem gefährlichen Corona-Virus schützt.

2. Weil eine Impfung nach allen vorliegenden Erkenntnissen und Erfahrungswerten fast sicher vor schweren bzw. tödlichen Verläufen nach einer Infektion mit dem Corona-Virus bewahrt.

3. Weil wir durch eine Impfung uns selbst und andere schützen. Uns selbst dadurch, dass wir uns vor einer Infektion mit dem Virus bzw. vor schweren oder gar tödlichen Verläufen bewahren. Andere dadurch, dass wir nach einer Impfung nach bisherigen Erkenntnissen sogar im Falle einer Infektion mit dem Corona-Virus diese Infektion nicht oder jedenfalls schwerer auf andere übertragen können, als wenn wir nicht geimpft wären. Außerdem ist jede Impfung ein wichtiger Schritt zur sogenannten Herdenimmunität. Herdenimmunität entsteht dann, wenn ein so hoher Prozentsatz der Bevölkerung gegen einen Krankheitserreger immunisiert ist, dass die Infektionskette dadurch unterbrochen und die weitere Ausbreitung der Krankheit verhindert wird.



### ZAŠTO BISTE SE MORALI CIJEPITI PROTIV KORONAVIRUSA?

1. Jer cijepljenje jednim od odobrenih cjepiva s visokom razinom djelotvornosti štiti od oboljenja nakon zaraze opasnim koronavirusom.

2. Jer cjepivo prema svim trenutačnim saznanjima i iskustvima gotovo sa sigurnošću štiti od teških, odnosno smrtonosnih ishoda nakon zaraze koronavirusom.

3. Jer cijepljenjem štitimo sebe i druge. Sebe tako što se štitimo od zaraze virusom, odnosno od teških ili čak smrtonosnih ishoda bolesti. Druge tako što se nakon cijepjenja, prema trenutačnim saznanjima čak i u slučaju zaraze koronavirusom, ta zaraza neće ili će se barem teže prenijeti drugima nego kada ne bismo bili cijepljeni. Također, svaka je cijepljena osoba važan korak prema takozvanu „imunitetu krda“. „Imunitet krda“ nastaje kada je toliko visok postotak stanovništva imuniziran protiv uzročnika bolesti da se time prekida lanac zaraza i suzbija daljnje širenje bolesti.



### DE CE SĂ VĂ VACCINAȚI ÎMPOTRIVA CORONAVIRUSULUI?

1. Deoarece vaccinarea cu unul dintre vaccinurile aprobate cu eficacitate ridicată protejează împotriva îmbolnăvirii după infectarea cu acest virus periculos.

2. Deoarece conform tuturor cunoștințelor și experienței disponibile, o vaccinare protejează aproape sigur împotriva cursurilor grave sau fatale după o infecție cu coronavirus.

3. Pentru că ne protejăm pe noi înșine și pe ceilalți cu o vaccinare. Ne apărăm protejându-ne de infecția cu virusul sau de cursuri grave sau chiar fatale ale bolii. În plus, după o vaccinare, conform cunoștințelor anterioare, chiar și în cazul unei infecții cu coronavirusul, nu putem transmite această infecție altora sau cel puțin este mai dificil decât dacă

nu am fi fost vaccinați. În plus, fiecare vaccinare este un pas important către așa-numita imunitate de turmă. Imunitatea de turmă apare atunci când un procent atât de mare din populație este imunizat împotriva unui agent patogen, încât lanțul infecției este întrerupt și se previne răspândirea ulterioară a bolii.



### PREȚO SA DAȚ ZAOȚKOVAȚ PROTI KORONAVIRUSU?

1. Prețoțe oȚkovanje jednou zo schvlennych vakcn s vysokou uinnostou chrn pred ochorenm po infikovn nebezpenm koronavirusom.
2. Prețoțe podla vetkych dostupnych vedomost s kusenost oȚkovanje takmer s istotou chrn pred zvanm alebo až smrteľným priebehom ochorenia po infekcii koronavirusom.
3. Prețoțe oȚkovanm chrnme seba aj ostatnych. Seba tm, že sa chrnme pred infekciou virusom resp. pred zvanm alebo dokonca smrteľným priebehom ochorenia v prípade infekcie. Inych tm, že po oȚkovan podľa doterajších poznatkov ani v prípade infekcie koronavirusom nemôžeme túto infekciu prensa na ostatnych, resp. prenos na inych je ovela as, ne keby sme neboli oȚkovan. Kade oȚkovanje je navye dleitm krokom k takzvanej kolektvnej imunit. Kolektvna imunita nastva vtedy, ke e proti patogénu imunizovan také vysoké percento populcie, e dojde k prerueniu infekneho reazca a zabrn sa dlsiemu šíreniu choroby.



## Welche Nebenwirkungen von Impfungen sind bekannt?

Wie bei jeder Schutzimpfung und bei der Verabreichung von Arzneimitteln im Allgemeinen kann es auch nach der Verabreichung der Covid-19-Schutzimpfung vereinzelt zu körperlichen Reaktionen kommen, deren Symptome in der Regel jedoch rasch abklingen und unproblematisch sind. So treten an der Impfstelle etwa häufig Rötungen, Schwellungen und Schmerzen auf. Es kann auch zu Müdigkeit, Kopf-, Muskel oder Gelenkschmerzen, Lymphknotenschwellungen, Übelkeit, Frösteln und Fieber kommen. Sicherheit und Wirksamkeit der Impfung werden durch diese Reaktionen jedoch nicht beeinträchtigt.

In Europa wurden bereits viele Millionen Dosen der zugelassenen Impfstoffe verabreicht. Dabei ist es in einigen Fllen auch zu schwerwiegenden Nebenwirkungen, speziell zu Hirnvenenthrombosen gekommen. Auch die Einnahme der Antibabypille erhöht zum Beispiel das Risiko für eine Hirnvenenthrombose und andere Thrombosen. Diese Fälle werden von der EMA, der „Europäischen Arzneimittel-Agentur“, die die Impfstoffe vor einer Zulassung umfassend prüft, beobachtet, geprüft und laufend bewertet. Allerdings sprchen Risikoabwgungen, so die EMA bisher, klar für den Nutzen einer Impfung.



### KOJE SU POZNATE NUSPOJAVE CJEPIVA?

Kao i kod svakog cjepiva, baš kao i u slučaju uzimanja lijekova opceno, i nakon primanja cjepiva protiv bolesti COVID-19 u pojedinačnim slučajevima mogu nastupiti tjelesne reakcije, no čiji simptom u pravilu brzo nestaju te nisu problematični. Na primjer, na mjestu cijepjenja često nastupaju crvenilo,

otekline i bol. Također, može doći do pojave naznaka umora, glavobolje, bolova u mišićima i zglobovima, otekline limfnih čvorova, mučnine, drhtavice i vrućice. No sigurnost i djelotvornost cjepiva nisu umanjene uslijed tih reakcija.

Ljudi su već primili brojne milijune doze cjepiva odobrenih u Europi. Pri tome je u određenim slučajevima došlo i do ozbiljnih nuspojava, posebice tromboze cerebralnih vena. No već se uzimanjem, na primjer, kontracepcijskih pilula povećava rizik nastanka tromboze cerebralnih vena i drugih oblika tromboze. Te slučajeve prati EMA, „Europska agencija za lijekove“, koja prije odobrenja opsežno ispituje, promatra, provjerava i neprestano procjenjuje cjepiva. Međutim, EMA je do sada tvrdila da procjene rizika govore jasno u prilog određenom cjevivu.



### CARE SUNT EFECTELE SECUNDARE CUNOSCUTE ALE VACCINRIILOR?

La fel ca n cazul oricrui vaccini în cazul administrării medicamentelor în general, pot apărea reacii fizice ocazional după administrarea vaccinului Covid-19, ale căror simptome, totui, se ameliorează rapidi fără să prezinte probleme. De exemplu, apar adesea la locul vaccinării roeaa, durere, zona putndu-sei umfla. De asemenea, pot apărea oboseala, cefaleea, dureri musculare sau articulare, umflarea ganglionilor limfatici, greaa, frisoanei febră. Cu toate acestea, aceste reacii nu afectează siguranai eficacitatea vaccinului.

Multe milioane de doze din vaccinurile aprobate au fost deja administrate în Europa. n unele cazuri, au apărut efecte secundare grave, în special tromboza venoasă cerebrală. De exemplu, administrarea de pilule contraceptive crete riscul de tromboză venoasă cerebrali alte tromboze. Aceste cazuri sunt monitorizate, verificatei evaluate în mod continuu de către EMA, „Agenia Europeană a Medicamentelor“, care testează în mod cuprinzător vaccinurile înainte de a fi aprobate. Cu toate

acestea, conform EMA, pn acum considerentele de risc sunt în mod clar în favoarea beneficiului unei vaccinări.



### KTOR VEDAJSE CINKY OȚKOVANIA S ZNME?

Tak ako pri kadom oȚkovan, aj po podan vakcíny proti Covid-19 sa môžu ojedinele vyskytnt fyzické reakcie, ktorych príznaky však zvyčajne rýchlo ustúpia a sú bezproblmov. V mieste vpichu sa napríklad často vyskytne začervenanie, opuch a bolesť. Môžu sa vyskytnt aj únava, bolesti hlavy, svalov alebo káblov, opuchy lymfatickych uzlín, nevonst, zimnica a horcka. Tieto reakcie však neovplyvňujú bezpečnosi účinnosť oȚkovania.

V Európe už bolo podanych veľa milionov dávok schvlenych vakcín. V niektorych prípadoch sa vyskytli aj zvane vedajsie cinky, najmä trombóza



mozgovych il. Uivanie antikoncepcinych tabletiek napríklad tiež zvyšuje riziko trombózy mozgovych il a inych trombz. Tieto prípady monitoruje, kontroluje a nepretrite hodnot EMA, „Európska liekov agentra“, ktorá vakcny komplexne testuje pred ich schvlenm. Podla EMA vsak pomer rizika a prnosu vakcn je jasne v prospech oȚkovania.



## Schtzen Impfungen auch vor den Mutationsvarianten des Corona-Virus?

Bisher scheinen die zugelassenen Impfstoffe auch gegen Mutationen des Corona-Virus zu wirken, wenn auch teilweise vermutlich etwas schwächer. Das heißt aber, dass die Schutzimpfung auch bei mutierten Virusvarianten wenigstens schwere Verläufe einer Covid-19-Erkrankung zu verhindern vermag. Es ist auch davon auszugehen, dass die Entwickler und Hersteller der Impfstoffe laufend daran arbeiten, die Wirksamkeit zu optimieren und die Impfstoffe auch an neue Virusvarianten anzupassen. Damit erst gar nicht so viele Muta-



tionsvarianten entstehen können, ist es allerdings notwendig, das Infektionsgeschehen durch Impfungen und andere Maßnahmen wie zum Beispiel regelmäßige Tests, Hygiene und das Tragen von Masken möglichst einzudämmen.



### ŠTITE LI CJEPIVA I OD MUTIRANIH SOJEVA KORONAVIRUSA?

Za sada se čini da su odobrena cjepiva djelotvorna i protiv mutacija koronavirusa, iako dijelom u nešto slabijem obliku. Međutim, to znači da je zaštitno cjepivo i u pogledu mutiranih sojeva virusa u stanju spriječiti barem teške ishode bolesti COVID-19. Također, može se pretpostaviti da izumitelji i proizvođači cjepiva redovito rade na tome da poboljšaju njihovu djelotvornost te cjepiva prilagode i novim sojevima virusa. No kako bi se spriječio nastanak mutiranih sojeva, potrebno je stopu zaraze u što većoj mjeri suzbiti cijepljenjem i drugim mjerama, npr. redovitim testovima, poštivanjem higijenskih pravila i nošenjem maski.



### VACCINĂRILE PROTEJEAZĂ ȘI ÎMPOTRIVA VARIANTELOR DE MUTAȚIE ALE CORONAVIRUSULUI?

Până în prezent, vaccinurile aprobate par să funcționeze și împotriva mutațiilor coronavirusului, deși, în unele cazuri, probabil ceva mai puțin. Cu toate acestea, acest lucru înseamnă că vaccinarea poate preveni cel puțin cursurile severe ale unei îmbolnăviri cu Covid 19 chiar și cu variante de virus mutant. Se poate presupune, de asemenea, că dezvoltatorii și producătorii de vaccinuri lucrează constant la optimizarea eficacității acestora și la adaptarea vaccinurilor la noile variante de virus. Pentru a preveni apariția atât de multor variante de mutație, totuși, este necesar să se limiteze cât mai mult posibil procesul de infectare prin vaccinare și alte măsuri, cum ar fi teste regulate, igiena și purtarea măștilor.



### CHRĂNI OČKOVANIE AJ PRED MUTÁCIAMI KORONAVÍRUSU?

Zatiaľ sa zdá, že schválené vakcíny pôsobia aj proti mutáciám koronavírusu, aj keď v niektorých prípadoch pravdepodobne o niečo slabšie. To však znamená, že očkovanie je schopné zabrániť prinajmenšom závažným priebehom ochorenia Covid 19 aj pri infekcii zmutovaným variantom vírusu. Dá sa tiež predpokladať, že vývojári a výrobcovia vakcín neustále pracujú na optimalizácii účinnosti a prispôbovaní vakcín novým variantom vírusov. Aby sa na prvom mieste zabránilo rozvoju toľkých mutácií vírusu, je potrebné čo najviac obmedziť proces infekcie očkovaním a ďalšími opatreniami, ako sú pravidelné testy, hygiena a nosenie rúšok.



### Wie und wo kann man sich impfen lassen?

Die Impfung ist freiwillig und kostenlos. Geimpft wird in Österreich nach einem festgelegten und von den Bundesländern vollzogenen Plan, der je nach aktueller Impfstoff-Verfügbarkeit adaptiert wird. Selbstständige Personenbetreuerinnen und Personenbetreuer (24-Stunden-Betreuung) genießen neben anderen Bevölkerungsgruppen mit erhöhtem Risiko oder Systemrelevanz Priorität bei der Inanspruchnahme

einer Corona-Schutzimpfung, abhängig von der Verfügbarkeit von Impfstoffen. Die Impfung ist für in Österreich Krankenversicherte kostenlos! Die Impfungen erfolgen bei Hausärzt\*innen und in eigens eingerichteten Impfstraßen. Für die Mehrzahl der Impfstoffe sind zwei Impfungen in zeitlichem Abstand vorgesehen.

Alle Informationen und die Links zur Voranmeldung in den Bundesländern finden Sie auf:

[www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)



### KAKO SE I GDJE MOGU CIJEPITI?

Cijepljenje je dobrovoljno i besplatno. U Austriji se cijepljenje odvija u skladu s utvrđenim planom koji provode vlade saveznih država i koji se prilagođava ovisno o trenutačnoj dostupnosti cjepiva. Samostalno njegovateljice i njegova-

telji (24-satna skrb) sada, uz druge skupine stanovništva s povećanim rizikom ili važnošću za sustav, imaju prioritet pri primanju cjepiva protiv koronavirusa, što također ovisi o dostupnosti cjepiva. Cijepljenje je za austrijske zdravstvene osiguranike besplatno! Cijepljenje se provodi u ordinacijama obiteljskih liječnica i liječnika te u posebno uspostavljanim centrima za cijepljenje. Za većinu cjepiva predviđena su dva cijepjenja u određenim intervalima.

Sve informacije i poveznice za prijavu za pojedine savezne države pronaći ćete na: [www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)



### CUM ȘI UNDE VĂ PUTEȚI VACCINA?

Vaccinarea este voluntară și gratuită. În Austria, vaccinarea are loc conform unui plan stabilit și implementat de statele federale, care este adaptat în

funcție de disponibilitatea actuală a vaccinurilor. Asistenții independenți de îngrijire personală (din îngrijirea permanentă) se bucură, alături de alte grupuri de populație cu risc crescut sau relevanță sistemică, de prioritate în cadrul vaccinării împotriva coronavirusului, în funcție de disponibilitatea vaccinurilor. Vaccinarea este gratuită pentru cei cu asigurări de sănătate în Austria! Vaccinările sunt administrate de medicii generalişti și pe străzi de vaccinare special amenajate. Pentru majoritatea vaccinurilor, două vaccinări sunt programate la intervale de timp.

Toate informațiile și linkurile pentru preînregistrare în statele federale pot fi găsite la: [www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)



### AKO A KDE SA MŌZETE DAŤ ZAOČKOVATŤ?

Očkovanie je dobrovoľné a bezplatné. V Rakúsku sa očkovanie uskutočňuje podľa pevne určeného plánu realizovaného spolkovými krajinami, ktorý sa upravuje v závislosti od aktuálnej dostupnosti vakcín. Nezávislí opatrovatelia a nezávislé opatrovatelky (24-hodinová starostlivosť) si teraz užívajú spolu s ostatnými skupinami obyvateľstva so zvýšeným rizikom alebo systémovým významom prioritu pri využití očkovania ako ochrany pred koronavírusom, v závislosti od dostupnosti vakcín. Pre osoby zdravotne poistené v Rakúsku je očkovanie bezplatné! Očkuje sa u všeobecných lekárov a v špeciálne zriadených očkovacích pruhoch. Pre väčšinu vakcín sú naplánované dve dávky s časovým odstupom.

Všetky informácie a odkazy na predbežnú registráciu v spolkových krajinách nájdete na adrese: [www.österreich-impft.at](http://www.österreich-impft.at)



# Welche Impfstoffe gegen Corona gibt es?



Es gibt verschiedene Impfstoff-Typen und Impfungen wirken auf unterschiedliche Weise. Die beiden ersten in der EU zugelassenen Impfstoffe von Pfizer/Biontech und Moderna sind sogenannte „mRNA“-Impfstoffe, bei den weiteren bei Redaktionsschluss dieser Daheimbetreut-Ausgabe von zugelassenen Vakzinen von Astra-Zeneca bzw. Johnson & Johnson handelt es sich um „Vektorimpfstoffe“. Weitere Impfstoffe werden vermutlich in den kommenden Monaten zugelassen. Es gibt aber auch „Lebendimpfstoffe“ und „Totimpfstoffe“.

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

Bei **Vektorimpfstoffen** gelangen die Baupläne für das Antigen über für den Menschen harmlose Trägerviren (Vektoren) in den menschlichen Körper und lösen dort die Produktion spezifischer Antikörper bzw. Abwehrzellen aus, die den Krankheitserreger bekämpfen. Dieser Impfstofftyp wurde zuerst erfolgreich zur Bekämpfung von Ebola und Dengue-Fieber entwickelt.

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

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



## KOJA CJEPIVA PROTIV KORONAVIRUSA POSTOJE?

Postoje različite vrste cjepiva, a te različite vrste cjepiva djeluju na različite načine. Prva dva cjepiva koja su dobila odobrenje za upotrebu unutar EU-a su cjepiva Pfizer/Biontech i Moderna te su ona takozvana „mRNK cjepiva“, a kod drugih cjepiva AstraZeneca i Johnson & Johnson koja su bila odobrena u trenutku zaključivanja ovog izdanja časopisa Daheim Betreut riječ je o „vektorskim cjepivima“. U narednim mjesecima vjerojatno će biti odobreno više cjepiva. Međutim, postoje i „živa cjepiva“ te „mrtva cjepiva“.

**mRNK cjepiva** predstavljaju tehnologiju cjepiva koja je prvobitno razvijena za liječenje raka. Pri tome se putem „prepariranog“ RNK-a (= ribonukleinske kiseline) u tijelo ubrizgavaju svojevrsni odgovor imunskog sustava tijela od napadajućeg uzročnika bolesti. Dakle, za mRNK cjepiva ne upotrebljavaju se živi ni umrtvljeni virusi. Primjenom ovog cjepiva ne može doći do promjene genoma.

Kod **vektorskih cjepiva** nacrti za antigen u ljudsko tijelo dopijevaju putem virusa-prijenosnika (vektora) koji su bezopasni za ljude te koji ondje aktiviraju proizvodnju specifičnih antitijela, odnosno obrambenih stanica koje se

bore protiv uzročnika bolesti. Ova vrsta cjepiva prvi je put uspješno razvijena u svrhu borbe protiv ebola i Dengu groznice.

**Živa cjepiva** sadrže viruse koji se mogu replicirati, no koji više ne mogu uzrokovati bolest, već koji izazivaju odgovor imunskog sustava na dotičnog uzročnika bolesti (na primjer, zaušnjaka, ospica ili rubeole).

**Mrtva cjepiva** sadrže umrtvljene viruse ili dijelove umrtvljenih virusa koji izazivaju željenu imunizaciju tijela. Ona se, na primjer, upotrebljavaju u borbi protiv hepatitisa A ili gripe.



## CE VACCINURI EXISTĂ ÎMPOTRIVA KORONAVIRUSULUI?

Există diferite tipuri de vaccinuri, iar vaccinările funcționează în moduri diferite. Primele două vaccinuri aprobate în UE de la Pfizer/Biontech și Moderna sunt așa-numite vaccinuri „mARN“, celelalte vaccinuri aprobate, de la Astra-Zeneca și Johnson & Johnson la momentul redacției, sunt „vaccinuri vectoriale“. Este posibil ca mai multe

vaccinuri să fie aprobate în următoarele luni. Dar există și „vaccinuri vii“ și „vaccinuri moarte“.

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

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

**Vaccinurile vii** conțin virusuri care se pot replica, dar care nu mai pot provoca boli, ci mai degrabă declanșează răspunsul imun împotriva agentului

patogen în cauză (de exemplu oreion, rujeolă sau rubeolă).

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



## AKÉ VAKCÍNY PROTI KORONAVÍRUSU EXISTUJÚ?

Existujú rôzne typy vakcín a očkovanie účinkuje rôznymi spôsobmi. Prvé dve vakcíny schválené v EÚ od spoločností Pfizer/Biontech a Moderna sú tzv. vakcíny „mRNA“, ďalšie schválené vakcíny v čase redakčnej uzávierky sú „vektorové vakcíny“ spoločností Astra-Zeneca a Johnson & Johnson. V najbližších mesiacoch budú pravdepodobne schválené ďalšie vakcíny. Existujú však aj „živé vakcíny“ a „inaktivované vakcíny“.

**mRNA vakcína** je technológia vakcín, ktorá bola najskôr vyvinutá pre liečbu rakoviny. Do tela je vnesená tzv. „messengerová“ ribonukleová kyselina (=mRNA), ktorá kóduje konkrétny pro-

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

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

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

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







## Warum sollen wir uns regelmäßig testen lassen?

Das Corona-Virus ist ein tückisches Virus, das sich besonders rasch verbreiten kann, ohne dass wir uns der Gefahr bewusst sind. Warum? Men-

schen tragen das Virus in sich, ohne es zu wissen, weil sie (noch) keine oder nur sehr geringe Symptome einer Erkrankung aufweisen. Dennoch können sie über eine längere Zeit hochinfektiös sein und das Virus verbreiten. So kann sich das Virus wie in einem Schneeballsystem exponentiell verbreiten, ohne bemerkt zu werden. Je öfter wir uns testen lassen, desto eher erkennen wir, dass wir das Virus in uns tragen und andere Menschen damit anstecken können. Aber Vorsicht: Ein Test ist immer nur eine Momentaufnahme. Schon im nächsten Moment können wir uns unbemerkt anstecken. Außerdem bergen auch negative Testergebnisse noch ein kleines Restrisiko, dass eine Infektion nicht erkannt wurde. Je kürzer

die Intervalle, in denen wir uns testen lassen, desto geringer wird natürlich die Zeitspanne, in der wir das Virus im Falle einer Infektion unbewusst verbreiten können.

**HINWEIS:** Je nach geltenden Vorschriften gelten Tests auch als Zugangsberechtigung zu Dienstleistungen und Veranstaltungen.



### ZAŠTO BISMO SE MORALI REDOVITO TESTIRATI?

Kod koronavirusa riječ je o podlom virusu koji se može posebno brzo proširiti, a da ne budemo svjesni te opasnosti.

Zašto? Ljudi nose virus u sebi, a da to ne znaju, jer (još) nemaju nikakve ili imaju tek blage simptome bolesti. Unatoč tome, oni tijekom duljeg razdoblja mogu biti vrlo zarazni i širiti virus. U skladu s piramidalnim sustavom, virus se može eksponencijalno širiti, a da pri tome ne bude primijećen. Što se češće testiramo, to ćemo ranije saznati da nosimo virus u sebi i da njime možemo zaraziti druge ljude. No potrebno je postupati oprezno: test uvijek predstavlja samo trenutačno stanje. Već bismo se u sljedećem trenutku mogli neprimjetno zaraziti. Također, i negativni rezultati testa povezani su s malim rizikom od toga da zaraza ne bude prepoznata. Što su intervali u kojima se testiramo kraći, to će, dakako, kraće biti i razdoblje unutar

kojeg virus možemo neželjeno širiti u slučaju zaraze.

**NAPOMENA:** u skladu s važećim propisima, testovi također omogućuju pravo na pristup uslugama i događajima.



### DE CE AR TREBUI SĂ NE TESTĂM REGULAT?

Coronavirusul este un virus rău intenționat care se poate răspândi în mod deosebit, fără ca noi să fim conștienți de pericol. De ce? Oamenii poartă virusul fără să știe, deoarece (încă) nu prezintă niciun simptom sau doar foarte puține simptome ale unei îmbolnăviri. Cu toate acestea, pot fi extrem de infecțioși pe o perioadă lungă de timp și pot răspândi virusul. La fel ca într-o schemă piramidală, virusul se poate răspândi exponențial fără a fi observat. Cu cât ne testăm mai des, cu atât ne dăm seama mai repede că purtăm virusul în noi și că putem infecta alte persoane. Dar atenție: un test este doar un instantaneu. În momentul următor ne putem infecta neobservați. În plus, rezultatele testelor negative prezintă, de asemenea, un risc rezidual mic de a nu fi detectată infecția. Cu cât sunt mai scurte intervalele la care suntem testați, cu atât este mai scurtă perioada de timp în care putem răspândi inconștient virusul în cazul unei infecții.

**NOTĂ:** în funcție de reglementările aplicabile, testele servesc și ca autorizație de acces la servicii și evenimente.



### PREČO BY SME SA MALI NECHAŤ PRAVIDELNE TESTOVAŤ?

Koronavírus je zákerný vírus, ktorý sa môže šíriť obzvlášť rýchlo bez toho, aby sme si boli vedomí nebezpečenstva. Prečo? Ľudia nosia vírus v sebe bez toho, aby o tom vedeli, pretože (zatiaľ) nemajú žiadne alebo len veľmi málo príznakov ochorenia. Napriek tomu môžu byť dlhý čas veľmi infekční a šíriť vírus. Rovnako ako v pyramídovej hre sa môže vírus šíriť exponenciálne bez

toho, aby si ho niekto všimol. Čím častejšie sa podrobujeme testovaniu, tým skôr zistíme, že vírus nosíme v sebe a môžeme ním infikovať ďalších ľudí. Ale buďte opatrní: Test sa vždy vzťahuje iba na daný okamih odberu. Už v nasledujúcom okamihu sa môžeme nespozorovane nakaziť. Negatívne výsledky testov navyše nesú aj malé zvyškové riziko, že infekcia nebola zistená. Čím kratšie sú intervaly, v ktorých sme testovaní, tým kratší je samozrejme časový interval, v ktorom môžeme vírus v prípade infekcie nevedomky šíriť.

**POZNÁMKA:** Podľa platných predpisov slúžia testy aj ako oprávnenie pre prístup k službám a podujatiam.



## Sollten wir uns auch testen lassen, wenn wir bereits geimpft sind?

Da nicht auszuschließen ist, dass wir auch nach einer Schutzimpfung das Virus übertragen bzw. in einer leichten Form an Covid erkranken können, macht es durchaus Sinn, sich weiterhin testen zu lassen – nämlich um zu verhindern, unbemerkt andere, möglicherweise noch nicht geschützte Menschen mit dem Virus anzustecken.



### MORAMO LI SE TESTIRATI ČAK I AKO SMO VEĆ CIJEPLJENI?

Budući da se ne može isključiti da i nakon primanja zaštitnog cjepiva možemo prenositi virus, odnosno oboljeti od blagog oblika bolesti COVID-19, itekako je smisleno nastaviti se testirati – naime, kako bi se spriječilo neprimjetno zaražavanje drugih, potencijalno još nezaštićenih osoba virusom.



### AR TREBUI SĂ FIM TESTAȚI CHIAI DACĂ AM FOST DEJA VACCINAȚI?

Deoarece nu se poate exclude faptul că putem transmite virusul sau contrac-

ta Covid într-o formă ușoară chiar și după o vaccinare, este perfect logic să continuăm să fim testați - și anume pentru a preveni infectarea neobservată a altor persoane, posibil încă neprotejate.



### MALI BY SME SA DAŢ TESTOVAŢ, AJ KEŢ SME UŢ BOLI OČKOVAŢI?

Pretože nemožno vylúčiť, že vírus môže prenášať alebo sami sa môžeme nakaziť miernou formou Covidu, má zmysel pokračovať v testovaní – konkrétne aby sme zabránili tomu, že nevedomky nakazíme ostatných ľudí, ktorí možno ešte nie sú chránení proti vírusu.



## Wie und wo können wir uns testen lassen?

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

Sogenannte Antigen-Schnelltests (sie funktionieren ähnlich wie ein Schwangerschaftstest) können etwa in Apotheken erworben und auch zu Hause durchgeführt werden. Sie erkennen eine etwaige Infektion mit einer relativ hohen Wahrscheinlichkeit, gelten aber nicht oder nur zeitlich eingeschränkt als „offizielle“ Tests.

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

Anmeldungen zu den Covid-19-Schnelltests über [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at), bei Apotheke mit Testmöglichkeit oder beim Hausarzt bzw. bei der Hausärztin.

Informationen zu Corona, Tests und Impfungen auch auf [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)



### KAKO I GDJE SE MOŽEMO TESTIRATI?

U međuvremenu postoje razne lokacije za testiranje na kojima se ona (besplatno) provode. Testiranje se mogu obaviti i u ljekarnama ili kod obiteljskog liječnika. Brzi testovi mogu se analizirati na licu mjesta, a rezultat je dostupan u kratkom razdoblju. Ako je rezultat testa pozitivan, provodi se testiranje PCR testom radi konačnog razjašnjenja.

Takozvani brzi antigenski testovi (koji funkcioniraju slično kao testovi za

trudnoću) mogu se kupiti u ljekarnama i obaviti kod kuće. Oni moguću zarazu prepoznaju uz vrlo visok stupanj pouzdanosti, no oni se ne smatraju uopće ili se tek uz vremensko ograničenje smatraju „službenim“ testovima.

U slučaju pojave **simptoma** (najmanje jedan od četiriju kriterija: kašalj, vrućica, otežano disanje, iznenadno nastupanje smetnje, odnosno gubitka osjetila okusa i mirisa) ili ako je posrijedi **pozitivan rezultat brzoga antigenog testa**, nazovite telefonski broj za medicinske slučajeve 1450. Zatim će se, u slučaju sumnje na zarazu, provesti PCR test radi razjašnjenja je li zaraza zaista posrijedi.

Prijave za brze testove na COVID-19 moguće su putem web-mjesta [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at), u ljekarni s lokacijom za testiranje ili kod liječnice ili liječnika obiteljske medicine.

Informacije o koronavirusu, testovima i cjepivima dostupne su i na [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)



### CUM ŞI UNDE PUTEAM FI TESTAȚI?

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

Așa-numitele teste rapide antigenice (funcționează în mod similar cu un test de sarcină) pot fi achiziționate în farmacie, de exemplu, și pot fi efectuate și acasă. Acestea recunosc o posibilă infecție cu o probabilitate relativ mare, dar nu sunt considerate teste „oficiale” sau doar pentru o perioadă limitată de timp.

În cazul **aparitiei simptomelor** (cel puțin unul dintre cele patru criterii: tuse, febră, dificultăți de respirație, apariția bruscă a unei tulburări de gust sau miros sau pierderea acestora) sau în cazul

prezenței unui **test antigenic rapid pozitiv** vă rugăm să sunați la numărul de asistență medicală 1450. Acolo, dacă se suspectează o infecție, se dispune un test PCR pentru clarificare.

Înscrieri pentru testele rapide Covid-19 prin [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at), la o farmacie cu un centru de testare sau la medicul generalist.

Informații despre Corona, teste și vaccinări, la [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)



### AKO A KDE SA MŢEMO NECHAŢ OTESTOVAŢ?

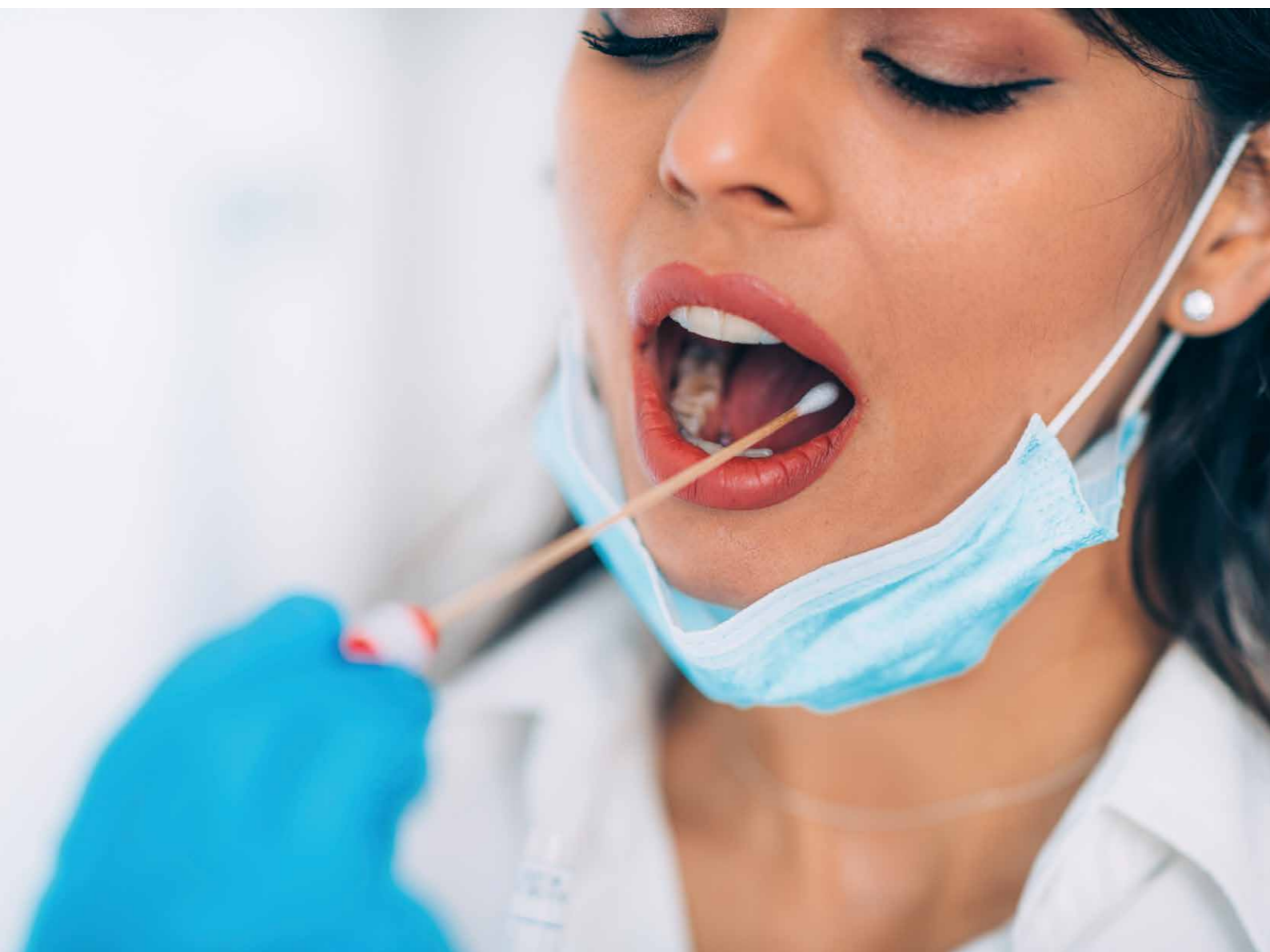
V súčasnosti existuje veľa testovacích miest, pri ktorých sa ponúka testovanie (bezplatné). Testy je možné vykonať aj v lekárňach alebo u všeobecného lekára. Rýchlotesty je možné vyhodnotiť na mieste, výsledok je k dispozícii za krátky čas. Ak je výsledok testu pozitívny, vykoná sa pre potvrdenie výsledku aj test PCR.

Takzvané antigénové rýchlotesty (fungujú podobne ako tehotenský test) si môžete kúpiť napríklad v lekárňach a môžete si ich urobiť aj doma. Možnú infekciu rozpoznávajú s pomerne vysokou pravdepodobnosťou, nepovažujú sa však za „oficiálne“ testy alebo platia iba na obmedzený čas.

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

Prihlásiť sa na testovanie rýchlotestami na Covid-19 môžete prostredníctvom stránky [www.oesterreich-testet.at](http://www.oesterreich-testet.at), v lekárni, ktorá je zároveň aj testovacím miestom alebo u všeobecného lekára.

Informácie o koronavírusu, testoch a očkovaní sú aj na stránke [www.daheimbetreut.at](http://www.daheimbetreut.at)





# Sollten wir trotz Impfung weiterhin vorsichtig sein, um eine Ansteckung zu vermeiden?



Ja, auf alle Fälle. Hier gilt das vorhin fürs Testen Gesagte: Wir können möglicherweise, ohne es zu bemerken, das Virus in uns tragen und es auf andere übertragen. Auch lässt sich letztlich nicht mit letzter Sicherheit sagen, wie effizient wir zum Beispiel gegen Virusmutationen geschützt sind. Es ist also in unserem eigenen Interesse, dient aber auch dem Schutz anderer, wenn wir uns weiterhin an die bekannten Maßnahmen halten:

» Mund-Nasen-Maske tragen. **FFP2-Masken** gewähren einen hochprozentigen aktiven Infektionsschutz und wurden daher zuletzt auch in vielen Bereichen verpflichtend vorgeschrieben.

- » Abstand zu und von anderen Personen halten, **mindestens 2 Meter**, auch im Freien.
- » Kontakte reduzieren, Menschenansammlungen meiden.
- » niemandem die Hand geben, keine Begrüßungsküsse und Umarmungen.
- » möglichst nichts berühren, was auch von anderen berührt wird.
- » in Papiertaschentücher oder in die Armbeuge niesen bzw. husten und sich dabei von anderen Personen weg drehen.
- » nicht mit der Hand ins Gesicht fassen (Mund, Nase, Augen).
- » Hände regelmäßig und gründlich (30 Sekunden) mit Seife waschen und/

oder mit geeigneten Präparaten desinfizieren. Ganz besonders immer dann, wenn wir von draußen nach Hause kommen bzw. irgendwelche Gegenstände oder Flächen berührt haben.

- » Flächen, die wir berühren und die auch von anderen berührt werden, regelmäßig reinigen bzw. vor dem Berühren desinfizieren.
- » Räume, in denen sich auch andere Menschen aufhalten, regelmäßig und gründlich durchlüften, um das Ansteckungsrisiko so gering wie möglich zu halten. Geschlossene Räume, in denen sich auch andere aufhalten, besser meiden.



## MORAMO LI I DALJE, UNATOČ CJEPIVU, POSTUPATI OPREZNO KAKO BISMO SPRIJEČILI ZARAZU?

Da, naravno. Pri tome je potrebno uvažiti ono što je već spomenuto u vezi s testiranjima: mogli bismo, a da ni ne primijetimo, nositi virus u sebi i njime zaraziti druge osobe. Naposljetku, nije moguće s potpunom sigurnošću tvrditi u kojoj smo mjeri zaštićeni npr. od mutacija virusa. Dakle, u našem je interesu, no i u službi zaštite drugih i dalje se pridržavati poznatih mjera:

- » Nosite masku za usta i nos. **FFP2 maske** pružaju visok postotak aktivne zaštite od zaraze i stoga su nedavno propisane kao obvezne u brojnim područjima.
- » Držite se na udaljenosti od drugih ljudi, **i to od najmanje 2 metra**, čak i na otvorenom.
- » Smanjite kontakte, izbjegavajte veće skupine ljudi.
- » Nemojte se rukovati, ljubiti pri pozdravljanju niti grliti ni s kime.
- » Po mogućnosti nemojte dodirivati ništa što i drugi dodiruju.
- » Kišite, odnosno kašljite u papirnatu maramicu ili u pregib lakta te se pri tome okrenite od drugih osoba.
- » Nemojte rukama dodirivati lice (usta, nos, oči).
- » Perite ruke redovito i temeljito (30 sekundi) sapunom i/ili ih dezinficirajte prikladnim preparatom. To je potrebno činiti pogotovo kada dođete kući izvana, odnosno nakon što ste dodirivali razne predmete ili površine.
- » Redovito čistite površine koje dodirujete te koje dodiruju i drugi, odnosno dezinficirajte ih prije dodirivanja.
- » Redovito i temeljito prozračujte prostorije u kojima borave i drugi ljudi kako bi rizik od zaraze bio što niži. Preporučuje se izbjegavanje zatvorenih prostorija u kojima borave i drugi ljudi.



## AR TREBUI SĂ FIM ATENȚI ÎN CONTINUARE SĂ EVITĂM INFECȚIA CHIAR DACĂ NE-AM VACCINAT?

Da, desigur. Ceea ce am spus mai devreme despre testare se aplică aici: este posibil să purtăm virusul în noi fără să-l observăm și să-l transmitem altora. În cele din urmă, de asemenea, nu este posibil să spunem cu certitudine absolută cât de eficient suntem protejați împotriva mutațiilor virale, de exemplu. Deci este în interesul nostru, dar și în interesul protejării celorlalți să continuăm să respectăm măsurile cunoscute:

- » Purtați o mască pentru gură și nas. **Măștile FFP2** asigură un procent ridicat de protecție activă împotriva infecțiilor și, prin urmare, au devenit recent obligatorii în multe zone.
- » Păstrați distanța față de alte persoane, **cel puțin 2 metri**, chiar și în aer liber.
- » Reduceți contactele, evitați aglomerația.
- » Nu dați mâna când vă salutați, nu vă sărutați sau îmbrățișați.
- » Evitați să atingeți orice este atins de alții.
- » Strănuțați sau tușiți în șervețele de hârtie sau în pliul cotului, îndepărtându-vă de celelalte persoane.
- » Nu puneți mâna pe față (gură, nas, ochi).
- » Spălați-vă mâinile în mod regulat și temeinic (30 de secunde) cu săpun și/sau dezinfecți-le cu preparate adecvate. Mai ales când venim acasă de afară sau am atins orice obiecte sau suprafețe.
- » Curățați în mod regulat suprafețele pe care le atingeți și care sunt atinse și de alții sau dezinfecți-le înainte de a le atinge.
- » Aerisiți încăperile în care se află și alte persoane, în mod regulat și temeinic, pentru a menține riscul de infecție cât mai scăzut posibil. Este mai bine să evitați încăperile închise în care sunt prezente și alte persoane



## MALI BY SME BYŤ AJ NAPRIEK OČKOVANIU NAĎALEJ OPATRNÍ, ABY SME SA VYHLI INFEKČII?

Áno, samozrejme. Tu platí to, čo som už povedal o testovaní: Môžeme prenášať vírus v sebe bez toho, aby sme si to všimli, a infikovať ostatných. Tiež nie je možné s absolútnou istotou povedať, ako efektívne sme chránení napríklad pred vírusovými mutáciami. Je teda v našom vlastnom záujme, ale aj kvôli ochrane ostatných, aby sme naďalej dodržiavali známe opatrenia:

- » Noste ochranné rúško na ústach a nose. **FFP2-respirátory** poskytujú vysoké percento aktívnej ochrany pred infekciou, a preto boli nedávno v mnohých oblastiach nariadené ako povinné.
- » Udržujte si odstup od ostatných ľudí, **najmenej 2 metre**, aj vonku.
- » Obmedzte kontakty, vyhýbajte sa davom ľudí.
- » Nepodávajte si s nikým ruky, pri zdravení sa nebozkávajte ani neobjímajte.
- » Podľa možnosti sa nedotýkajte ničoho, čoho sa dotýkajú aj iní.
- » Kýchajte alebo kašlite do papierovej vreckovky alebo do ohnutého lakťa a zároveň sa pritom odvracajte od ostatných ľudí.
- » Nesiahajte si rukou na tvár (ústa, nos, oči).
- » Pravidelne a dôkladne si umývajte ruky (30 sekúnd) mydlom a/alebo dezinfikujte ich vhodnými prípravkami. Najmä vtedy, keď prídete domov zvonku alebo keď ste sa dotýkali nejakých predmetov či povrchov.
- » Pravidelne čistite povrchy, ktorých sa dotýkate a ktorých sa dotýkajú aj ostatní alebo si predtým dezinfikujte ruky.
- » Pravidelne a dôkladne vetrajte miestnosti, v ktorých sa zdržiavajú aj iné osoby, aby bolo riziko infekcie čo najmenšie. Je lepšie vyhnúť sa uzavretým priestorom, v ktorých sa zdržiavajú aj iné osoby.

# Betreuung stärken und fördern



Seit eineinhalb Jahren beschäftigt uns die Corona-Pandemie. Obwohl sich manche Nebel nun langsam zu lichten beginnen und eine Rückkehr zu einer Art Normalität in greifbarer Nähe zu sein scheint, bleiben doch auch viele Fragen offen. Außer Frage steht jedoch für mich, aber auch für viele Tausend Österreicher\*innen – Menschen, die auf Betreuung und Pflege angewiesen sind, und ihre Angehörigen –, dass sich die Dienstleistungen der insgesamt gut 60.000 in Österreich tätigen selbstständigen Betreuungspersonen zu Hause bei den Betreuten und deren Familien als verlässlich und in höchstem Maße sicher erwiesen haben – ein unverzichtbarer Anker für das gesamte System von Betreuung und Pflege in Österreich; nicht nur, aber ganz besonders in Zeiten der Krise. Nicht zu vergessen der Beitrag der Agenturen. Umso befremdlicher erscheinen Tendenzen, diesen zentralen Beitrag zur Versorgung Österreichs mit Pflege- und Betreuungsdienstleistungen immer wieder pauschal infrage zu stellen, abzuwerten bzw. schlechtzureden. Befremdlich und vergeblich: Denn viele Tausend Österreicher\*innen wollen genau das: zu Hause von „ihren“ Betreuer\*innen versorgt werden. Daher gilt es diesen Bereich der selbstständigen Personenbetreuung in Zukunft weiter aufzuwerten, zu stärken und zu fördern. Das ist die Agenda der Reform.



## JAČANJE I POTICANJE SKRBI

Već nas godinu i pol zaokuplja pandemija koronavirusa. Iako se određene opasnosti postupno otklanjaju te se čini kako je povratak u svojevrstnu normalnost nadohvat ruke, brojna su pitanja i dalje neodgovorena. Međutim, kako ja tako ni brojne tisuće Austrijanki i Austrijanaca – ljudi koji ovise o skrbi i njezi te članovi njihovih obitelji – ne dvojimo kako su se usluge ukupno gotovo 60 000 samostalnih njegovateljica i njegovatelja aktivnih u Austriji pokazale pouzdanima i u najvećoj mjeri sigurnima pri radu u domovima osoba za koje se skrbi i

članova njihovih obitelji. To je neizostavno sidro za cjelokupni sustav skrbi i njege u Austriji, i to ne samo, no posebno tijekom kriznih vremena. I da ne zaboravimo: doprinos agencija. Stoga se utoliko čudnovatijima doimaju tendencije paušalnog propitkivanja, obezvrjeđivanja ili ocrnjivanja toga ključnog doprinosa opskrbljivanja Austrije uslugama njege i skrbi. Doimaju se čudnovatima i uzaludnima: naime, brojne tisuće Austrijanki i Austrijanaca žele upravo to – da kod kuće za njih skrbe „njihove“ njegovateljice i njegovatelji. Stoga je potrebno te područje samostalne skrbi za osobe ubuduće ponovno širiti, jačati i poticati. To je krajnji cilj reforme.



## CONSOLIDAREA ȘI PROMOVAREA ÎNGRIJIRII

Suntem preocupati de pandemia Corona de un an și jumătate. Deși un pic de ceață începe încet să se ridice și o întoarcere la un fel de normalitate pare să fie chiar în fața noastră, multe întrebări rămân în continuare fără răspuns. Cu toate acestea, pentru mine și pentru multe mii de austrieci - persoane dependente de îngrijire și sprijin și rudele acestora - nu există nicio îndoială că serviciile celor peste 60.000 de asistenți independenți care lucrează în Austria acasă cu cei îngrijiiți și cu familiile acestora și care s-au dovedit a fi fiabile și extrem de sigure - sunt o ancoră indispensabilă pentru întregul sistem de îngrijire și asistență medicală din Austria; nu numai, ci mai ales în perioade de criză. Să nu uităm: contribuția agențiilor. Tendințele de a pune sub semnul întrebării, devaloriza sau denigra această contribuție centrală la aprovizionarea Austriei cu servicii de îngrijire și asistență par cu atât mai ciudate. Ciudate și în zadar: pentru că multe mii de austrieci doresc exact asta: să fie îngrijiiți de „asistenții” lor acasă. Prin urmare, acest domeniu al asistenței de îngrijire personală independentă trebuie îmbunătățit, consolidat și promovat în viitor. Aceasta este agenda reformei.



## POSILNENIE A PODPORA STAROSTLIVOSTI

Už rok a pol sa zaoberáme pandémiou koronavírusu. Aj keď pomaly začíname vidieť svetlo na konci tunela a zdá sa, že je na dosah návrat k normálnemu spôsobu života, mnoho otázok zostáva nezodpovedaných. Pre mňa a pre mnohé tisíce Rakúšanov – ľudí odkázaných na starostlivosť a podporu a ich príbuzných – však nie je pochyb o tom, že služby viac ako 60 000 nezávislých opatrovateľov a opatrovateliek pracujúcich v Rakúsku doma u opatrovanej osoby, ktorých služby sa v rodinách osvedčili ako spoľahlivé a mimoriadne bezpečné, sú nenahraditeľným pilierom celého systému starostlivosti a ošetrovateľstva v Rakúsku; nielen ale obzvlášť v čase krízy. Aby som nezabudol aj na príspevok agentúr. O to zarážajúcejšie sa javia tendencie spochybňovať, devalvovať alebo znevažovať tento hlavný podiel na zabezpečení opatrovateľských služieb v Rakúsku. Zarážajúce a zbytočné: Pretože mnohé tisíce Rakúšanov chcú práve toto: aby o nich bolo postarané v ich známom domácom prostredí. Preto je potrebné túto oblasť nezávislej osobnej starostlivosti v budúcnosti ďalej zdokonaľovať, posilňovať a podporovať. To je programom reformy.



**Ihr Andreas Herz**  
Fachverbandsobmann  
Voditelj strukovne udruge  
Prešedintele asociației  
Predseda odborného združenia

# let's cook

## PASTA MIT BASILIKUMPESTO



TJESTENINA S PESTOM OD BOSILJKA / PASTE CU PESTO CU BUSUIOC / CESTOVINY S BAZALKOVÝM PESTOM



### Zutaten für 4 Portionen

- » 500 g Penne
- » 2 Bund Basilikum
- » 3 Knoblauchzehen
- » 3 EL Pinienkerne
- » Olivenöl
- » 100 g frisch geriebener Parmesan
- » Meersalz

### Zubereitung

1. Die Penne in kochendem Salzwasser bissfest garen.
2. Für das Pesto das Basilikum waschen, Blätter von den Stängeln zupfen und trocken tupfen. Knoblauch schälen und grob zerkleinern. Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze goldbraun rösten, auskühlen lassen. Alles in der Küchenmaschine mit der Hälfte vom Käse zügig pürieren, dabei Olivenöl einlaufen lassen, bis ein sämiges Pesto entstanden ist. Mit Salz abschmecken.
3. Pesto über die Nudeln geben und mit restlichem Käse bestreuen.



### Sastojci za 4 porcije

- » 500 g tjestenine penne
- » 2 svežnja bosiljka
- » 3 režnja češnjaka
- » 3 jušne žlice pinjola
- » maslinovo ulje
- » 100 g svježe naribanog parmezana
- » morska sol

### Priprema

1. Skuhajte tjesteninu penne u kipućoj slanoj vodi dok ne postane „al dente”.
2. Za pripremu pesta operite bosiljak, otrgnite listove sa stabljika i osušite ih tapkarnjem. Ogulite češnjak i grubo ga nasjeckajte. Pržite pinjole na tavi bez masti na srednje jakoj vrati dok ne poprime zlatno-smeđu boju te ih ostavite da se ohlade. Brzo pirajte sve u kuhinjskom procesoru hrane uz polovicu sira, pri tome doljevajte maslinovo ulje dok ne nastane kremasti pesto. Začinite solju.
3. Prelijte pesto po tjestenini i posipajte je preostalom sirom.



### Ingrediente pentru 4 porții

- » 500 g penne
- » 2 mănuchiuri de busuioc
- » 3 căței de usturoi
- » 3 linguri de muguri de pin
- » Ulei de măsline
- » 100 g parmezan proaspăt ras
- » Sare de mare

### Mod de preparare

1. Gătiți pennele al dente în apa clocotită cu sare.
2. Pentru pesto, spălați busuiocul, smulgeți frunzele de pe tulpini și uscați-le. Curățați și tocați aproximativ usturoiul. Prăjiți mugurii de pin într-o tigaie, fără grăsime, la foc mediu până se rumesc, lăsați să se răcească. Pasați rapid totul cu robotul de bucătărie cu jumătate din brânză, turnând ulei de măsline până când aveți un pesto cremos. Condimentați după gust cu sare.
3. Se toarnă pesto peste paste și se presară brânza rămasă.



### Suroviny pre 4 porcie

- » 500 g penne
- » 2 zväzky bazalky
- » 3 strúčiky cesnaku
- » 3 PL píniových orieškov
- » Olivový olej
- » 100 g čerstvo nastrúhaného parmezánu
- » Morská soľ

### Priprava

1. Penne uvaríme al dente vo vriacej osolenej vode.
2. Bazalku na pesto umyjeme, odtrháme listy zo stoniek a osušíme. Cesnak očistíme a nahrubo nakrájame. Píniové oriešky na strednom ohni pražíme na panvici bez tuku do zlatista, necháme vychladnúť. Všetko v kuchynskom robote rozmixujeme s polovicou syra, pridávame olivový olej, až kým nevznikne krémové pesto. Dochutíme soľou.
3. Pesto dáme na cestoviny a posypeme zvyšným postrúhaným syrom.

🍴 Gutes Gelingen!

Dobar tek! / Mult succes! / Veľa úspechov pri pečení!

# Kontakt



## BURGENLAND

Robert-Graf-Platz 1  
7000 Eisenstadt  
T 05/90907-3140  
F 05/90907-3115  
E marlene.wiedenhofer@wkbgl.d.at  
<http://wko.at/bgld>



## KÄRNTEN

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



## NIEDERÖSTERREICH

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



## OBERÖSTERREICH

Hessenplatz 3  
4020 Linz  
T 05/90909-4145  
F 05/90909-4149  
E pb@wkoee.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/lsbundpb](http://wko.at/sbg/lsbundpb)



## 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)