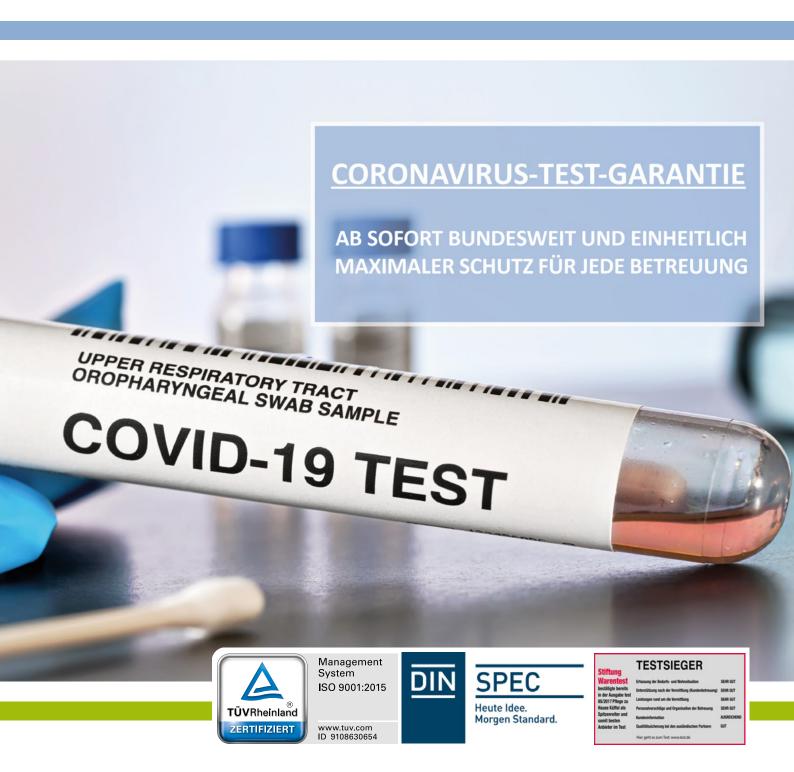
iber 15 Jahre

### **Ihr Coronavirus-Helfer:**

Mit praktischen Tipps für den Betreuungsalltag





### 1hr praktischer Helfer während der Coronavirus-Pandemie

Liebe Kunden, liebe Betreuungskräfte, liebe Interessenten,

mit dem Pflege zu Hause Küffel Covid-19-Leitfaden möchten wir Ihnen eine Orientierungsstütze während der Coronavirus-Pandemie für die Betreuung im häuslichen Umfeld bereitstellen. Hier erhalten Sie praktische Tipps für den Betreuungsalltag und hilfreiche Links.

Ihr Team von Pflege zu Hause Küffel

### Informationen zu rechtlichen Fragestellungen vor dem Hintergrund der Einreise während der Corona-Pandemie: Gründsätzliches\*

- 1. 15 von 16 Bundesländer entbinden unsere Betreuungskräfte von der Quarantänepflicht. Hinweis: Das letzte Bundesland Mecklenburg-Vorpommern hat seine Verordnung noch nicht aktualisiert, es gelten dort die bisherigen alten Verordnungen zur Quarantänepflicht.
- 2. Die Quarantänepflichtentbindung ist nur für symptomfreie Betreuungskräfte zulässig!
- **3.** Die Befreiung von der Quarantänepflicht entbindet nicht von der <u>Testpflicht!</u>
- **4.** Die Aussteigekarten in Papierform werden komplett durch die <u>digitale Einreiseanmeldung</u> ersetzt! Die Aussteigekarten in Papierform sind <u>nicht</u> mehr gültig.



# Wichtige Hinweise und Unterschiede zur Verwendung der verschiedenen Maskentypen im Zusammenhang mit dem Coronavirus

Zur Bedeckung von Mund und Nase werden gegenwärtig unterschiedliche Maskentypen während der anhaltenden Coronavirus-Pandemie getragen. Die verschiedenen Maskentypen unterscheiden sich grundsätzlich in ihrem Zweck zum Schutz und weiteren Leistungsmerkmalen. Diesbezüglich möchten wir Sie nachfolgen auf die wichtigsten Charakteristika der Maskentypen hinweisen.

Grundsätzlich stehen drei Maskentypen zur Verfügung:

- 1. Mund-Nasen-Bedeckung aus handelsüblichen Stoffen: Behelfs-Mund-Nasen-Masken, Community-Masken und DIY-Masken
- 2. Medizinische Gesichtsmasken
- 3. Partikelfiltrierende Halbmasken

Kurze Übersicht über die Charakteristika der Maskentypen

Maskentyp / Charakteristika	1. Mund-Nasen-Bedeckung	2. Medizinische Gesichts- masken	3. Partikelfiltrierende Halbmasken
Abkürzung / Synonym	Behelfs-Mund-Nasen- Maske, Community-Maske, DIY-Maske	MNS, Operations- (OP-) Maske (als Teilmenge der medizinischen Gesichts- masken, erlaubt sind nur Typ Il und IIR gemäß Norm)	FFP1-, FFP2-, FFP3-Maske
Verwendungszweck	Privater Gebrauch	Fremdschutz	Eigenschutz / Arbeitsschutz
Medizinprodukt bzw. Schutzausrüstung	Nein	Ja	Ja
Testung und Zertifizierung / CE-Kennzeichnung	Nein	Ja, nach Norm DIN EN 14683:2019-10 / CE-Zertifikat	Ja, nach Norm DIN EN 149:2009-08 / CE-Zertifikat
Schutzwirkung	i.d.R. kein Nachweis; allerdings kann das Tragen die Gschwin- digkeit des Atem- stroms sowie Speichel-/	Fremdschutz	Eigenschutz / Arbeitsschutz

Eigene Darstellung: In Anlehnung an BfArm, 13.11.2020



<sup>\*</sup> Die rechtlichen Informationen werden aufgrund der dynamischen Anpassung an die Coronavirus-Situation während der Pandemie regelmäßig erneuert. Die hier zur Verfügung stehenden Informationen beziehen sich auf den Stand vom 07.12.2020. Sie können sich regelmäßig auf unserer Webseite unter <a href="www.pflegezuhause.info/coronavirus/">www.pflegezuhause.info/coronavirus/</a> zu den aktuellen Quarantäne- und Einreiseverordnungen der Bundesländer und vieles mehr umfassend informieren.

Mund-Nasen-Bedeckung: Behelfs-Mund-Nasen-Masken, Community-Masken, DIY-Masken

Mund-Nasen-Bedeckungen aus handelsüblichen Stoffen dienen als Alltagsmasken für den privaten Gebrauch. Alltagsmasken bieten nachweislich nicht den Fremdschutz der medizinischen Gesichtsmasken und können auch nicht zum Eigenschutz und Arbeitsschutz, wie die partikelfiltrierenden Halbmasken helfen. Das Tragen dieser Masken können jedoch die Geschwindigkeit des Atemstroms oder Tröpfchenauswurfs, z. B. beim Niesen und Husten, verringern.

Worauf Sie achten müssen, wenn Sie Mund-Nasen-Bedeckungen (Alltagsmasken) tragen möchten:

Zu empfehlen sind Mund-Nasen-Bedeckungen aus fest gewebten Stoffen, um das Ausbreiten des SARS-CoV-2-Virus einzudämmen.

#### Medizinische Gesichtsmasken

Das Tragen von medizinischen Gesichtsmasken – auch bezeichnet als Mund-Nasen-Schutz (MNS) – dienen primär zum Fremdschutz des Gegenübers, damit die möglichen infektiösen Speichel-/Schleim-Tröpfchen des Trägers (der Maske) nicht übertragen werden. MNS-Masken kommen beispielsweise bei Operationen zum Einsatz

oder damit keine Tröpfchen in offene Wunden des Patienten gelangen können. Medizinische Gesichtsmasken bieten i.d.R. wenig Schutz gegenüber erregerhaltigen Aerosolen. Allerdings können diese Masken die Mundund Nasenpartie des Trägers vor direkten Tröpfchen des Gegenübers schützen.

Worauf Sie achten müssen, wenn Sie medizinische Gesichtsmasken tragen möchten:

Medizinische Gesichtsmasken gelten als Medizinprodukte und müssen der Norm DIN EN 14683:2019-10 genügen. Sie können erst nach erfolgreicher Testung mit dem CE-Kennzeichen versehen und anschießend in Europa in den Verkehr gebracht werden. Ohne der CE-Kennzeichnung und der benannten DIN Norm dürfen sie nicht als medizinische Gesichtsmasken in Umlauf gebracht werden.

Partikelfiltrierende Halbmasken: FFP1, FFP2 und FFP3

Partikelfiltrierende Halbmasken (filtering face piece, FFP-Masken) kommen primär im Arbeitsbereich zum Einsatz – da wo gesundheitsschädliche Stoffe sich in der Luft befinden (z. B. im Baugewerbe). Diese Masken dienen dem Arbeits- und Eigenschutz, in dem sie den Träger von Partikel, Tröpfchen und Aerosolen schützen. Bei den FFP-Masken gibt es Masken mit und ohne Ausatemventil.

Wichtig: Masken ohne Ventil filtern die eingeatmete Luft sowie auch die Ausatemluft und bieten auf diese Weise sowohl einen Eigen- als auch Fremdschutz.

Wichtig: Masken mit Ventil filtern lediglich die eingeatmete Luft und stellen damit keinen Fremdschutz dar. Insgesamt existieren drei Schutzstufen bei den FFP-Masken.

Worauf Sie achten müssen, wenn Sie partikelfiltrierende Halbmasken nutzen möchten:

FFP-Masken müssen die Anforderungen der Norm DIN EN 149:2009-08 erfüllen und mit dem CE-Kennzeichen versehen sein.

Möchten Sie mehr über FFP-Masken erfahren? Dann empfehlen wir Ihnen das "<u>FFP-Masken Einmaleins</u>" von Moldex durchzulesen. Das Robert-Koch-Institut und die Weltgesundheitsorganisation empfehlen beide für den medizinischen Bereich mindestens die Schutzstufe 2. Wir von Pflege zu Hause Küffel stellen im Rahmen unseres Corona-Sicherheitskonzepts unseren Kunden auf Wunsch FFP2-Masken zur Verfügung!





### Praktische Tipps für den Betreuungsalltag: Social Distancing ohne verzichten zu müssen

### Digitales Treffen – gemeinsam auf Distanz Zeit verbringen

Damit trotz Social Distancing regelmäßige Kontakte mit Familie und Freunden gepflegt werden können, bieten sich digitale Helfer an, um auch auf Distanz gemeinsam schöne Zeit verbringen zu können.

#### • Zoom (<a href="https://zoom.us/de-de/meetings.html">https://zoom.us/de-de/meetings.html</a>):

Mit dem Online-Dienstleister Zoom können Sie mit dem Computer, Tablet oder Smartphone Videokonferenzen beitreten. Sie können kostenlos für 40 Minuten ein Meeting abhalten.

#### • Skype (<a href="https://www.skype.com/de/">https://www.skype.com/de/</a>):

Dieses Chat-Programm von Microsoft ermöglicht Ihnen kostenlos Videoanrufe zu tätigen.

### Tipps und Tricks gegen die Einsamkeit während der Coronavirus-Pandemie

Das wichtigste Mittel gegen die Einsamkeit im Alter – aber auch natürlich während der derzeitigen Pandemie – ist das Halten von Kontakten.

• Mit der Nachbarschaftshilfe neue Gesprächspartner finden:

Wenn Angehörige, Freunde und Bekannte gerade nicht zur Verfügung stehen, bieten sich die verschiedenen Aktionen der Nachbarschaftshilfe an. Damit Sie Angebote in Ihrer näheren Umgebung finden können, empfehlen wir Ihnen eine Google-Suche zu den Stichwörtern "Nachbarschaftshilfe + Ihr Wohnort" oder "Nachbarschaftshilfe Corona + Ihr Wohnort" zu starten.

• Deutsche TelefonSeelsorge – wenn die Insolation zur Depression führt:

Fühlen Sie durch die Isolation eine starke, seelische Belastung und möchten gerne anonym und kostenfrei Hilfe in Anspruch nehmen?

In solchen Fällen kann die Deutsche TelefonSeelsorge helfen. Sie erreichen sie unter 0800 – 111 0 111 sowie 0800 – 111 0 222 oder 116 123.



# Zahlreiche digitale Kulturangebote – Konzerte, Theater und mehr in Sicherheit erleben

Die Kulturlandschaft hat sich recht schnell während der ersten Welle auf die Pandemie eingestellt. Damit stehen Ihnen zahlreiche Angebote online zur Verfügung. Hier eine kleine Auswahl für Sie:

The time keine / tashani rai sie.

- Ein Muss für Klassik-Fans: Die Berliner Philharmoniker stellt <u>hier</u> ihr Digital Concert Hall aktuell kostenlos zur Verfügung.
- Speziell für Kulturangebote in Berlin wurde die Webseite <u>berlinalive.de</u> ins Leben gerufen:

Hier finden Sie kleine und große Kultur-Highlights, die genauso vielfältig wie die Hauptstadt selbst sind und ihren Kulturglanz widerspiegeln!

- Hierüber freuen sich Theater-Freunde: Die Webseite nachtkritik.de stellt hier ihren digitalen Spielplan zusammen, der immer aktuelle Angebote für das Online Theater bereithält.
- Oper-Liebhaber aufgepasst: Über das Streaming Angebot der <u>Metropolitan Opera</u> können Sie sich jeden Abend ein Highlight aus dem Archiv ansehen!

# Zuhause Filme und Serien wie im Kino genießen

Hier führen wir Ihnen einige besonders gute Möglichkeiten auf, um neue Filme und Serien kennenzulernen:

- Amazon Prime: Dieser Streaming-Dienst von Amazon bietet Ihnen ein großes Angebot an aktuelle aber auch ältere Serien und Filmen im Abo und zum Leihen/Kaufen.
- Netflix: Netflix zählt zu den beliebtesten Streaming-Diensten weltweit. Hier haben Sie ebenfalls die Möglichkeit mit einem Abo auf zahlreiche Serien und Filme zuzugreifen.
- Sky: Sky bietet Ihnen verschiedene Streaming-Pakete mit Filmen, Serien und Sport an.

Unser Tipp: Nehmen Sie erst ein Probe-Abo in Anspruch um zu erkennen, ob Ihnen die Streaming-Dienste zusagen.





### Nahrungsmittel online Einkaufer

Wir empfehlen Ihnen möglichst die Einkäufe digital zu tätigen, sofern keine Angehörigen, Freunde und / oder Bekannte diesen Dienst für Sie übernehmen können. Dies ist wichtig, um die betreuungsbedürftige Person, aber auch die Betreuungskraft, vor einer Covid-19-Infektion zu schützen.

Nachfolgend stellen wir Ihnen einige bundesweit tätige Bestelldienste vor, über die Sie Lebensmittel direkt nach Hause liefern lassen können:

- Rewe, Edeka, Real & Netto: Die Lieferdienste dieser Supermärkte bieten Zugriff auf das gesamte Sortiment. Liefertermine können meist individuell abgestimmt werden. Informieren Sie sich bei den Supermärkten bzgl. der anfallenden Lieferkosten und vergleichen Sie die Angebote.
- Amazon Fresh: Amazon Fresh bietet eine große Produktauswahl und ist für zahlreiche Orte in Deutschland verfügbar. Lieferkosten werden über ein Monatsabo berechnet: Für 7,90 Euro monatlich werden beliebig viele Einkäufe (Mindestbestellwert 40 Euro) geliefert.
- Bofrost, Eismann & Co: Bestelldienste wie Bofrost und Eismann machen es möglich auch im Lockdown viele Gerichte und Zutaten direkt fertig zu bestellen und somit nicht selbst einkaufen oder kochen zu müssen.
- lieferando.de unterstützen Sie Ihre lokalen Restaurants: Wie auch im ersten Lockdown bieten einige Restaurants ihre Speisen im Lieferdienst an. Prüfen Sie z. B. über

einen Bestelldienst wie lieferando.de oder auch über eine Google Suche, ob Ihr Lieblingsrestaurant aktuell liefert. So können Sie nicht nur ein lokales Restaurant unterstützen, sondern auch ein bisschen Ausgeh-Atmosphäre nach Hause holen.

## Apotheken und Drogerien – auch hier gibt es Lieferdienste

Ob Medikamente, Kosmetika, Körperpflegemittel oder anderer wichtiger Haushaltsbedarf: Auch den Weg zur Drogerie sowie zur Apotheke müssen Sie nicht antreten. Tatsächlich gibt es auch hier kontaktlose Möglichkeiten.

- Drogerien: DM, Rossmann und Müller bieten ihr Sortiment auch in einem Online Shop an, sodass Sie entsprechend bequem nach Hause bestellen können. Zudem gibt es zum Beispiel bei Rossmann die Möglichkeit zur Filialabholung. Damit sparen Sie zwar nicht den Weg, aber viel Zeit im Geschäft.
- Apotheken: Mittlerweile können Sie auch Medikamente einfach nach Hause liefern lassen. Bei Apotheke.de, Doc Morris oder Aponeo finden Sie das gesamte Sortiment auch im Internet. Viele lokale Apotheken haben auch Bringdienste eingerichtet, über die Sie sich individuell informieren sollten.

## Praktische Verhaltensempfehlungen für den Betreuungsalltag zum Schutz vor einer Infektion mit dem neuartigen Coronavirus

Unser Alltag hat sich weitestgehend durch das neuartige Coronavirus verändert. Zum Schutz unserer Kunden, ihrer Familien, Betreuungskräfte und Mitbürger, möchten wir hier wichtige Verhaltensempfehlungen für den Betreuungsalltag während der Coronavirus-Pandemie aussprechen.

### Verhaltensempfehlungen für den Betreuungsalltag in Corona-Zeiten

- Verzichten Sie als Angehöriger derzeit auf Besuche der betreuungsbedürftigen Personen, sofern diese nicht zwingend erforderlich sind.
- Schränken Sie Besuche generell auf ein absolutes Minimum ein und sagen Sie bereits vereinbarte Treffen nach Möglichkeit wieder ab.
- Schützen Sie Ihre Betreuungskraft und somit die betreuungsbedürftige Person vor einer möglichen Kontamination, indem Sie beispielsweise Einkäufe durch einen Lieferdienst sicherstellen.
- Übernehmen Sie Besorgungsfahrten aller Art für die Betreuungskraft und die pflegebedürftige Person.
- Vereinbaren Sie mit Ihrer Betreuungskraft die Übergabe der weiter oben beschriebenen Besorgungen.

Beispiel: Stellen Sie die Einkäufe vor der Tür ab und verzichten Sie darauf die Wohnung zu betreten.

- Verzichten Sie als Pflegebedürftiger, Angehöriger und als Betreuungskraft, soweit es Ihnen möglich ist, auf die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel.
- Verzichten Sie ebenfalls auf den Besuch öffentlicher Veranstaltungen.
- Achten Sie darauf, dass von Mitarbeitern eines Pflegedienstes unmittelbar nach Betreten der Wohnung die notwendigen Verhaltens- und Hygienemaßnahmen eingehalten werden
- Achten Sie auch bei allen weiteren Besuchern darauf, dass diese unmittelbar nach Betreten der Wohnung die notwendigen Verhaltens- und Hygienemaßnahmen einhalten.
- Bitte behalten Sie Ruhe und lassen Sie keine Panik entstehen! Überzeugen auch Sie Ihre Betreuungskraft davon nicht abzureisen. Die häusliche Betreuungssituation bietet der Betreuungskraft einen besseren Schutz als derzeit die Benutzung von öffentlichen Transportmitteln.



### Hilfreiche Links von offiziellen Seiten

Wir empfehlen Ihnen die nachstehenden Seiten zu besuchen, die stetig aktualisiert werden und den neusten Stand der Entwicklung wiedergeben.

Aktuelle Entwicklungen und Hintergrund-Informationen zum Coronavirus: <a href="https://www.bundesgesundheits-ministerium.de/coronavirus.html">https://www.bundesgesundheits-ministerium.de/coronavirus.html</a>

Antworten auf die am häufigsten gestellten Fragen zum Coronavirus: <a href="https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/fragen-und-antworten.html">https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/fragen-und-antworten.html</a>

Was zu tun ist, wenn Sie von Covid-19 betroffen sind: https://edoc.rki.de/bitstream/handle/176904/6779.2/ Orientierungshilfe COVID Buerger 20-05-06 doi 10.25646-6629-2 korr.pdf?sequence=1&tisAllowed=y

Informationen für Reisende und zu Rückholungen von Deutschen aus dem Ausland: <a href="https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/covid-19/2296762">https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit/covid-19/2296762</a>

Informationen zur Nutzung der Corona-Warn-App: https://www.zusammengegencorona.de/informieren/praevention/#faqitem=18dd799b-9460-53c5-90da-5d694b8fd97a

Aktuelle Risikobewertung für Deutschland: <a href="https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges">https://www.rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges</a> Coronavirus/<a href="https://www.rki.de/DE/content/InfAZ/N/Neuartiges">Risikobewertung.html</a>

Hier können Sie das für Sie zuständige Gesundheitsamt finden: <a href="https://tools.rki.de/PLZTool">https://tools.rki.de/PLZTool</a>

Coronavirus-Telefonhotline der Krankenkassen: <a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/">https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/</a><a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/">https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/</a><a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/">https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/</a><a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/">https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/</a><a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/">https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/</a><a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/">https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/</a><a href="https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/">https://www.gkv-spitzenverband.de/service/versicherten\_service/</a><a href="https://www.gkv-spitzen.de/spitzen/">https://www.gkv-spitzen/</a><a href="https://www.gkv-spitzen/">https://www.gkv-spitzen/</a><a href="https://www.gkv-spitzen/">https://www.gkv-spitze

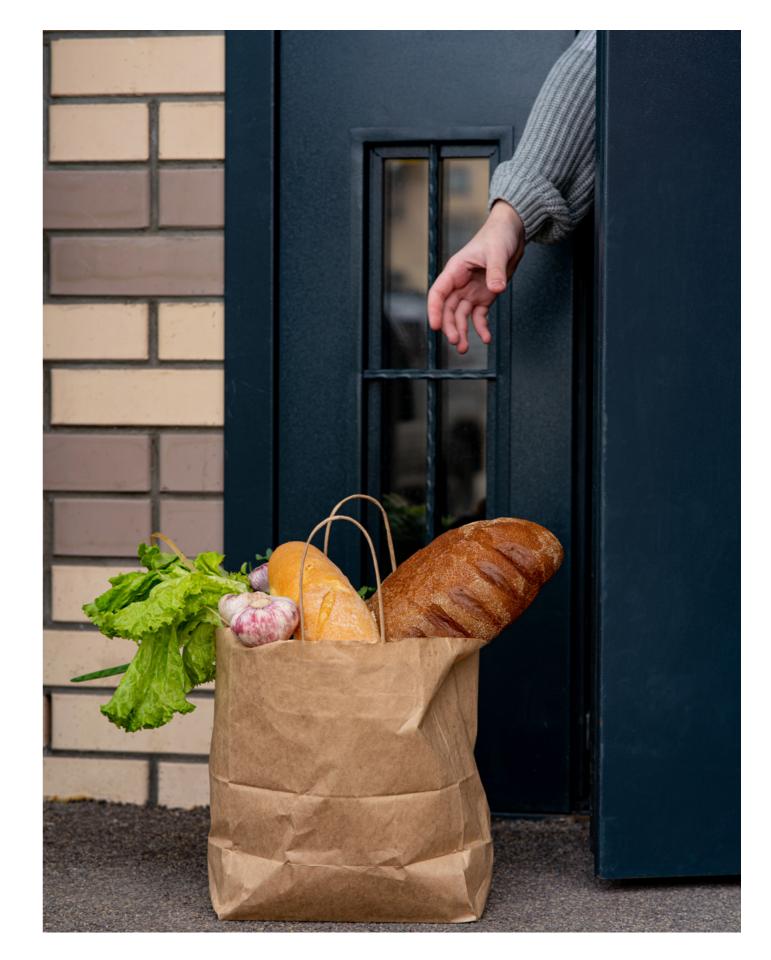
Hier erhalten Sie Merkblätter auf Polnisch, Russisch, Bulgarisch, Englisch und mehr:

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/materialien-downloads/informationen-in-anderen-sprachen.html

Buchen Sie mit dem eTerminservice einen Termin für den Coronatest: <a href="https://eterminservice.de/terminservice">https://eterminservice.de/terminservice</a>

Wenn Sie sich regelmäßig zu aktuell einschlägigen Regelungen aus den Quarantäne- und Einreiseverordnungen aller Bundesländer informieren möchten und gerne unseren Coronavirus-Newsletter durchlesen mögen, empfehlen wir Ihnen unsere Webseite zu besuchen:

https://www.pflegezuhause.info/coronavirus/







### Pflege zu Hause Küffel GmbH

### Zentrale Hamburg

Steintorweg 8, 20099 Hamburg

Tel.: 040 / 2800 854-0, Fax: 040 / 2800 854-10

E-Mail: kontakt@pflegezuhause.info

## Wir stehen Ihnen bundesweit zur Verfügung:



Management System ISO 9001:2015