

# COVID-19 maatregelen

Medewerkers Motena  
oktober 2020

Vanaf 19 oktober 2020 zijn vanuit de overheid een aantal nieuwe maatregelen van kracht met als doel de verspreiding van COVID-19 in te perken. In deze brochure vatten we de maatregelen nog eens samen die van toepassing zijn op alle medewerkers van Motena.

In de verschillende onderdelen van onze organisatie blijven ook nog extra maatregelen van toepassing op maat van de specifieke zorgverlening. Meer informatie over deze veiligheidsmaatregelen wordt zoals steeds gecommuniceerd op de diensten zelf.

Alle maatregelen die van toepassing zijn op onze klanten zijn terug te vinden op [www.motena.be/corona](http://www.motena.be/corona).

In deze brochure:

- Preventie aan de hand van de basisregels
- Wat als je symptomen hebt van COVID-19?
- Wat als je in contact kwam met een besmet persoon?
- Specifieke afspraken voor zorgcontacten en zorgmedewerkers
- Kunnen we iets extra voor jullie doen?



## Preventie aan de hand van de basisregels

De algemene basis hygiënemaatregelen blijven de belangrijkste kapstokken om de verspreiding van COVID-19 zo veel mogelijk te beperken. We zetten ze voor jullie nog even op een rij:



Was je handen regelmatig en grondig met water en zeep. Reken zo'n 40 à 60 seconden per wasbeurt.



Hoest of nies in een papieren zakdoekje of in de binnenkant van je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze weg in een afsluitbare vuilbak.



Blijf zo veel mogelijk thuis. Ziek? Blijf dan in isolatie.



Ventileer. Zorg voor een constante luchtdoorstroming door je huis.



Raak je gezicht zo weinig mogelijk aan met je handen.



Vermijd handen geven.



Vermijd nauw contact. Hou voldoende afstand (1,5 m).

**Thuiswerk is verplicht indien technisch mogelijk en mogelijk in het kader van de werking van de dienst.**

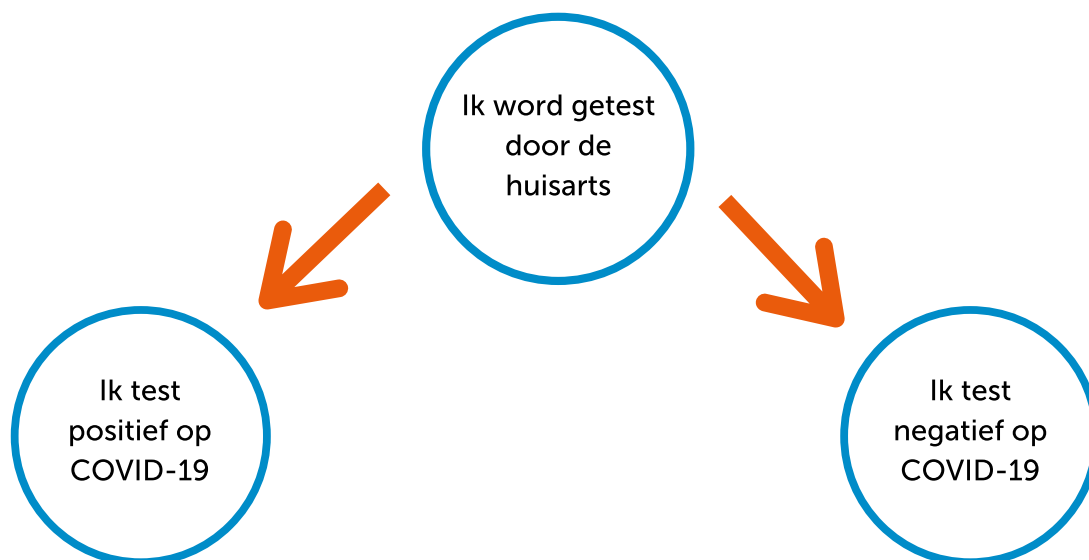
## Wat als je symptomen hebt van COVID-19?

Een besmetting met COVID-19 kan zich uiten aan de hand van verschillende symptomen:

- Plots ontstane hoest
- Kortademigheid
- Druk op borst
- Plots geur of smaakverlies
- Bij 2 van volgende symptomen: koorts, spierpijn, vermoeidheid, neusloop, keelpijn, hoofdpijn, vermagering, diarree, plotse verwardheid, plotse val.

In het geval van symptomen:

- Kom je niet werken en neem je telefonisch contact op met je huisarts
- Beslist de huisarts of het noodzakelijk is te testen en ziekteverlof toe te kennen.



- Je blijft minimum 7 dagen in ziekteverlof, zelfisolatie. Je mag het huis niet verlaten.
- Je mag het huis verlaten en dus opnieuw werken onder onderstaande voorwaarden:
  - Tenminste 3 dagen koortsvrij
  - Heel duidelijke verbetering van de symptomen
  - Op het werk moet je steeds een chirurgisch mondmasker dragen tot de symptomen volledig verdwenen zijn en tenminste tot 14 dagen na het optreden van symptomen.
- Er moet geen nieuwe test gebeuren.
- Indien nodig ziekteverlof zoals voorgeschreven door de huisarts.

# Wat als je in contact kwam met een besmet persoon?

## Er is sprake van een "hoog risico contact"

In het geval dat je een hoog risico contact had met een besmet persoon dan word je hierover gecontacteerd door de directie, coördinerend arts, arbeidsarts of het contact tracing centrum.

### Quarantaine

- Je moet minimum 7 dagen na het laatste hoog risico contact in quarantaine.
- Is er iemand binnen je gezin (wonend onder hetzelfde dak) besmet, dan beslist je huisarts over de duur van jouw quarantaine afhankelijk van de mogelijkheden tot strikte isolatie van je besmette huisgenoot (scheiding tafel/bed).
  - Is de strikte isolatie op te volgen, dan is er 7 dagen quarantaine na jouw laatste hoog risico contact met je besmette huisgenoot.
  - Is de strikte isolatie niet haalbaar, dan is er 14 dagen quarantaine aanbevolen .

### Testing

- Ten vroegste op dag 5 van de 7 dagen quarantaine moet je een Covid test laten uitvoeren.
- Als er iemand binnen je gezin besmet is kan de huisarts beslissen om je test iets later uit te voeren, in functie van de quarantaineduur.



- Thuisisolatie wordt tot 7 dagen na afname test voorgeschreven.
  - Opmerking: Zorgmedewerkers die geen symptomen vertonen kunnen omwille van een tekort aan personeel, wel steeds ingezet worden op een Covid-cohorte, mits het dragen van FFP2 mondmasker.
- Rond jou wordt contacttracing geactiveerd.



- Thuisisolatie kan 7 dagen na laatste risico contact worden stopgezet
- Je moet wel nog gedurende 7 dagen nadien je gezondheidstoestand opvolgen, sociale contacten beperken, steeds 1,5m afstand bewaren en de basishygiënemaatregelen op te volgen.

## Er is sprake van een "laag risico contact"

Bij de risico-inschatting van een contact wordt rekening gehouden met verschillende factoren zoals de duur waarmee je contact had met een besmet persoon, hoe dicht dit contact was, wanneer het contact was en of er bij het contact al dan niet beschermingsmateriaal werd gedragen.

In het geval er sprake is van een laag risico contact dan zijn onderstaande regels van toepassing:

- Je moet niet in quarantaine.
- Er moet geen test gebeuren.
- Toch moet je waakzaam zijn en sociale contacten beperken.

## Er wordt getest op je afdeling

Als er getest wordt op een afdeling, dan is dit meestal naar aanleiding van een positieve test bij een collega of klant.

- Als je een hoog risico contact had zal je persoonlijk op de hoogte gebracht worden door directie, coördinerend arts, arbeidsarts of contact tracing centrum en zal jou de nodige info gegeven worden.
- Indien er geen hoog risico contact was word je toch getest. Dat doen we om een beeld te krijgen van de situatie op jouw afdeling.
- **Als die test positief is word je persoonlijk op de hoogte gebracht.**

Wist je dat je je testresultaat zelf kan nakijken? Dat doe je zo:

- Je surft naar <https://www.mijngezondheid.belgie.be/>
- Inloggen met eID.
- Bij "rapporten" gaan naar Cozo.

## Specifieke afspraken voor zorgcontacten en zorgmedewerkers

- Zorgverleners aan COVID-19 patiënten en laboratoriummedewerkers die stalen van COVID-gevallen hanteren én daarbij de aanbevolen persoonlijke beschermingsmiddelen (PBM) dragen, worden niet beschouwd als "contacten". Net als bij de bevolking in het algemeen, geldt voor hen wel een algemene aanbeveling om strikte handhygiëne toe te passen en op afgesloten openbare plaatsen een mondmasker te dragen.
- Een zorgverlener wordt beschouwd als een hoog-risico contact als er tijdens de zorg of het medisch onderzoek van een COVID-19 patiënt een contact binnen een afstand van 1,5 m is geweest, zonder gebruik van de aanbevolen persoonlijke beschermingsmiddelen.
  - Met uitzondering van aerosoliserende procedures of langdurige blootstelling aan een bevestigde patiënt zonder masker, wordt het chirurgisch masker als adequaat beschouwd.
- Zorgverleners die zich in dezelfde kamer bevonden als een COVID-19 patiënt zonder persoonlijke beschermingsmiddelen, maar nooit binnen 1,5 m van de patiënt, worden beschouwd als een contact met een laag risico.
- Zorgverleners die een chirurgisch mondmasker dragen en de bewoner/patiënt niet, worden beschouwd als een contact met een laag risico.
- Medewerkers die beide een mondmasker dragen bij het contact, worden beschouwd als een contact met een laag risico.

## Kunnen we iets extra voor jullie doen?



**Jij zorgt!**

**Wij zorgen voor jou!**

Bij Motena zorgt iedereen! Voor bewoners, patiënten, kinderen, collega's, ... en dat voor en achter de schermen.

Maar omdat jullie zo'n kei zijn in het zorgen, vinden wij het belangrijk om ook voor jullie te zorgen.

"Zorgen" is een "werk"woord en dat is vandaag meer dan ooit zo. De huidige werkomstandigheden vragen van iedereen een grote inspanning en daarom wil Motena jullie ondersteunen waar het kan en met wat jullie het meeste nodig hebben.

Kunnen we helpen met het regelen van een poetshulp? Doen we jullie een plezier met een maaltijd aan huis? .... Laat het ons weten en we zoeken samen of we jullie met iets kunnen ondersteunen.

## Laat ons weten hoe wij kunnen helpen via:



**0800 17 700**

Gratis nummer - op weekdays tussen 8u30 en 12u en van 13u tot 16u30 (tot 15u op vrijdag)

**wijzorgen@motena.be**

**Topdesk-tegel**



## De Steuntelefoon

Onze therapeuten van N staan nog steeds klaar om te luisteren naar jouw vragen, bezorgdheden, twijfels, angsten, ...

Heb je nood aan een babbel? Stuur dan een miltje met jouw gegevens naar [n@motena.be](mailto:n@motena.be) of bel naar 051 80 50 80. Jouw vraag naar een babbel wordt dan doorgegeven aan de therapeut die de steuntelefoon bemant en deze therapeut plant dan met jou een gesprek in. Je kan rekenen op een snelle respons!



# MOTENA



Meer info over alle diensten in deze brochure vind je op [www.motena.be](http://www.motena.be)