



Декабрь 2023

Вопросы и ответы после военной операции “Железные Мечи”

Для иностранных работников по уходу за пожилыми людьми

Продолжающаяся военная рутинa ,ставит уникальные задачи перед вами,работниками, кто заботится о пожилых людях и своих пациентах. Ниже приведены ответы на распространенные вопросы, которые помогут вам вести себя ответственно, сохраняя психическое благополучие, здоровье, права и безопасность вас и пожилых людей.

Мы безмерно благодарны вам за вашу преданность и любовь к вашим подопечным!

Уход за пожилым человеком в экстренной ситуации | Права и занятость
Эмоциональная поддержка | Эвакуированные иностранные рабочие и жертвы войны



Существуют ли какие-либо специальные инструкции и рекомендации по обращению с пожилым человеком в случае чрезвычайной ситуации?

Чрезвычайная ситуация является серьезной проблемой для каждого и каждой из нас, но среди работников, которые заботятся о пожилых людях или помогают им, эта проблема значительно усложняется. Трудности могут проявляться в способности следовать инструкциям, выбирать защищенное пространство и безопасно добираться до него, запастись продуктами, лекарствами и необходимым оборудованием, а также справляться с эмоциональными и психическими реакциями, возникающими после ситуации.

Рекомендуется:

Следуйте инструкциям для лиц, осуществляющих уход за пожилыми людьми, на сайте Командования тыла. Если вы не понимаете, обратитесь за помощью к пациенту, членам семьи или представителю частного бюро, в котором вы зарегистрированы.

2. Загрузите официальное приложение Командования тыла на свой мобильный телефон, чтобы получать оповещения в районе вашего проживания, и проверять количество времени, которым вы располагаете для прибытия в безопасное защищенное пространство с момента срабатывания сирены.

3. Сохраните в своем мобильном телефоне номера экстренных служб, таких как Командование тыла (104), полиции (100), Мада-Скорая помощь (101), пожарной команды (102) и центра города (106) и, конечно же, телефоны членов семьи подопечного.

Рекомендации по входу в защищенное пространство:

1. Заранее вместе с подопечным и/или членами семьи выберите защищенное пространство, в котором вы будете находиться во время воздушной тревоги.

2. Выберите самый быстрый и безопасный путь в защищенное пространство и отработайте его вместе с подопечным. При необходимости заранее расчищайте препятствия и барьеры на пути в защищенное место.

3. При затруднении передвижения пенсионера рекомендуется в ближайшее время разместить кровать пенсионера в МАМАД(комната бомбоубежище) или во внутреннем помещении (под линией окон и не перед дверью) и убедиться, что над кроватью нет полок и предметов.

4. Поговорите с пациентом и членами семьи и вместе определите, что вы будете делать в случае тревоги дома и на улице, чтобы обеспечить как безопасность пациента, так и свою личную безопасность.

5. Если пациент страдает деменцией, дайте ему четкие инструкции. Например, идите в комнату слева или возьмите палку и пойдите со мной. Очень полезно сопровождать слова движениями тела и физическими жестами.

6. Вместе с пациентом и членами семьи подготовьте защищенное пространство и убедитесь, что там есть все оборудование, которое может понадобиться вам и пациенту. Ранняя подготовка защищенного пространства поможет вам почувствовать себя подготовленным и лучше контролировать ситуацию.

7. После входа в защищенное, безопасное пространство как можно быстрее сообщите членам семьи вашего подопечного о вашей ситуации и его состоянии.

“Организация дома”

Рекомендации по выходу на улицу и поддержанию режима дня:

Война, идущая в эти дни, вызывает постоянное состояние напряженности. Изменение образа жизни и заключение в стенах дома, а также страх выйти из дома могут привести к ухудшению психического и функционального состояния. Физическая активность помогает обмену веществ, вернуть чувство контроля, снять напряжение, сохранить существующие функции и повысить радость жизни и ее качество. Регулярная практика поможет сохранить здоровье и душевные силы в эти дни. Именно поэтому важно соблюдать распорядок дня и распорядок дня, включающий в том числе и выезды за пределы дома. Чтобы разрешить выезд на короткие поездки, полезно проконсультироваться с больным и членами его семьи, чтобы найти альтернативы возможному маршруту, вместе проверить, где находится ближайшая охраняемая территория, и быть в курсе указаний Тыла. Командование конкретным жилым районом www.oref.org.il.

Кроме того, постарайтесь поддерживать привычный для пациента режим активности, включая различные функциональные действия, такие как подъем и спуск по лестнице, приготовление пищи, уборка и многое другое, а также как можно больше добавляйте разнообразную физическую активность.

Дополнительные рекомендации и ссылка на практические видео на русском и английском языках:

“Соблюдение распорядка дня”

Существуют ли какие-либо специальные инструкции и рекомендации для людей с деменцией в военное время?

Напряженная ситуация с безопасностью несколько по-разному влияет на нас всех, а также на людей, живущих с деменцией. Важно правильно управление ситуацией исходя из знакомства с самим человеком и вас.

Что вы должны сделать:

- Повторите несколько раз о том, что вы с ними и находитесь рядом с ними, чтобы укрепить доверие и поддержать чувство безопасности. Даже если вам это ясно, вам следует сказать это вслух человеку с деменцией.
- Расскажите, что вы тоже боитесь. Дайте им возможность сказать несколько слов утешения и поддержки. Они уже прошли через несколько войн.
- Много объятий и использование успокаивающей музыки, отвлекающей ум.
- Если вы обнаружите значительное ухудшение – сообщите об этом членам семьи.

Чего не стоит делать:

- Не оставляйте телевизор с новостями на заднем плане, поскольку для человека с проблемами памяти они могут каждый раз казаться чем-то новым.
- Нет необходимости сообщать человеку с деменцией план того, что произойдет во время тревоги: вполне вероятно, что он не запомнит деталей. Разговор может вызвать дополнительную тревогу, но не приведет к осознанию того, что необходимо сделать.

После войны поведение пациента изменилось в худшую сторону, появились тревога, депрессия, агрессия и т. д., что можно предпринять? Чем я могу помочь?

Появление признаков тревоги и стресса в эти дни является нормой, однако следует отметить, что снижение функции носит временный характер и через несколько дней мы увидим тенденцию к улучшению и адаптации к новой ситуации. Например, если в первые несколько дней больной выражал чувство грусти и беспокойства посредством непрерывного плача, то через день-два плач уменьшится, а способность поддерживать разговор немного увеличится.

Существует несколько техник снятия стресса и беспокойства, одна из них — дыхание. Когда человек находится в состоянии напряжения и стресса, его дыхание становится быстрым и поверхностным. Такое дыхание создает чувство тревоги и паники, что увеличивает частоту дыхания. Выдох, а не вдох, связан с расслаблением, поэтому найдите тихое и удобное место, замедлите дыхание и сосредоточьтесь на медленном и продолжительном выдохе. Когда легкие опустеют, остановитесь и сосчитайте до 4, прежде чем сделать еще один медленный вдох. Рекомендуется как можно чаще повторять данную дыхательную практику.

Когда вам следует сообщать и осведомлять членов семьи/личного офиса?

- Когда мы чувствуем, что человек, попавший в беду, изменился, больше не контролирует свои эмоции и физические реакции и не может найти покоя.
- Когда нет тенденции к адаптации и наблюдается ухудшение симптомов.
- Когда больной не может спать в течение нескольких дней.
- Когда у пациента с течением времени наблюдается функциональное ухудшение.
- Когда больной выражает сильный гнев по отношению к тем, кто приходит ему на помощь.

Не оставайтесь в одиночестве с растерянностью и трудностями. Поделитесь своими сомнениями и опасениями с членами семьи или социальным работником в частном офисе и, при необходимости, попросите поддержки у профессиональных источников.

Ссылка на видео с рекомендациями **“Держать дыхание”**

Трудоустройство

Где я могу получить инструкции и информацию относительно трудоустройства иностранных работников в сложившейся ситуации? В связи с ситуацией, существуют ли какие-либо льготы в отношении трудоустройства иностранных работников?

Руководства и обновленную информацию, а также условия, связанные с трудоустройством работников в этот период, можно найти на веб-сайте Управления по народонаселению и иммиграции. Уведомление о концессиях от 24 октября 2023 года:

[кликните сюда](#)

Управление по делам иностранных работников, Управления народонаселения и иммиграции подготовило для вас, иностранных работников, поясняющее видео на английском языке, в котором содержатся важные инструкции, советы и подсказки.

[кликните сюда](#)

Будет ли разрешено новым иностранным работникам приехать в Израиль во время войны?

Да. Заявки на приглашение иностранных работников обрабатываются в обычном режиме, въезд иностранных работников осуществляется регулярно.

Каковы инструкции по смене места жительства в связи с ситуацией?

В ситуации, когда пенсионер или члены его семьи подают заявление о выселении:

В случаях, когда это временный переезд с учетом ситуации и сроком до 60 дней, возможно продолжить трудоустройство иностранного работника.

Если речь идет об эвакуации пенсионера в дом престарелых (интернат/опеку для инвалидов) через Министерство благосостояния, работодатель должен продолжать выплачивать иностранному работнику его зарплату. Министерство социальных дел финансирует пребывание пенсионеров и иностранных рабочих.

В случае направления пенсионера в учреждение престарелых, подведомственное Минздраву, работник может перемещаться и сопровождать его в соответствии с согласием принимающего учреждения.

В случае переезда в более центральный географический район:

Уход за пациентом, который временно переехал в более центральный район проживания вместе с иностранным работником, может продолжать нанимать иностранного работника, который за ним ухаживает. И это без необходимости изменения географического региона в лицензии сотрудника.

Инструкция по поводу ухода в отпуск

Если я хочу вернуться в свою страну во время войны, могу ли я вернуться в Израиль после войны?

В соответствии с процедурами Управления иностранные работники могут отправиться в национальный отпуск продолжительностью до 90 дней по согласованию с работодателем и после получения визы на повторный въезд перед отъездом.

Я нахожусь в отпуске и работодатель не хочет продлевать запись, что мне делать?

Вам необходимо обратиться в личный кабинет, чтобы вам помогли.

Что делать, если работодатель не согласен на то, чтобы я ушел в отпуск?

Вам необходимо обратиться в частное бюро, чтобы оказать помощь в этом вопросе, а также помочь пациенту найти замену сотруднику.

В случае, если я пропустил дату возвращения по сложившейся ситуации и/или необходимо продлить Интер-Визу:

В этих случаях ваш личный офис должен связаться с отделом обработки работодателей Управления народонаселения по электронной почте и сообщить об этом с целью продления визы на повторный въезд сотрудника без дополнительных затрат.

Инструкция по увольнению

Существуют ли специальные инструкции на случай, если работодатель потребует прекратить работу сотрудника по уходу во время войны?

Нет. Работодатель должен проинформировать об этом частное бюро, чтобы оно приняло меры и сообщило об этом в Управление народонаселения, а также помогло сотруднику найти другого пациента.

В случае, если я вдруг решил навсегда покинуть Израиль, должна ли мне быть выплачена компенсация и могу ли я забрать накопленный депозит?

Работник должен направить предварительное уведомление в соответствии с процедурами, и пока работник не уведомляет заранее, его зарплата может быть удержана, как подробно описано в законе о доработке законопроекта.

работника он имеет право на частичное выходное пособие, которое было бы отложено в рамках пенсионного обеспечения.

Уведомление о публикации по теме.

Для получения дополнительной информации вы можете обратиться к уполномоченному по правам иностранных рабочих в Министерства труда.

Что касается ОБНАЛИЧИВАНИЯ ДЕПОЗИТА, выплаченного работнику, то, если работник желает покинуть Израиль навсегда без повторного въезда и не имеет разрешения на повторный въезд, работник может выкупить внесенные за него деньги залога, и это перед его отъездом в аэропорту.

Эмоциональная поддержка

Я испытываю сильный стресс из-за войны, что можно сделать?

Вот несколько рекомендаций, которые помогут вам позаботиться о себе и снизить уровень стресса:

Занимайтесь физической активностью. Физическая активность помогает обмену веществ, восстановлению чувства контроля, снятию стресса, поддержанию имеющихся функций и повышению радости жизни и ее качества, а регулярная физическая нагрузка поможет сохранить здоровье и душевные силы в эти дни. Старайтесь как можно больше находиться в движении дома и на улице, совмещайте растяжку и двигайте телом.

Сделайте глубокий вдох. Когда мы находимся в состоянии напряжения и стресса, дыхание становится быстрым и поверхностным, и мы можем даже почувствовать затруднение дыхания. Возвращение дыхания к нормальному ритму позволит снизить уровень давления. Поэтому найдите тихое и удобное место, замедлите дыхание и сосредоточьтесь на медленном и продолжительном выдохе. Когда легкие опустеют, остановитесь и сосчитайте до четырех, прежде чем сделать еще один медленный вдох. Повторите действие несколько раз, пока не почувствуете, что дыхание замедляется.

Избегайте просмотра тяжёлых видеороликов, опубликованных в социальных сетях. Видео содержат тяжёлые изображения, которые влияют на разум и сознание и могут привести к травме. И пожалуйста, не пересылайте и не распространяйте подобные видео.

Обязательно ограничивайте доступ к новостям. Повышенное потребление может помешать функционированию и усилить беспокойство. Употребляйте его контролируемым образом и ищите как можно больше достоверной информации.

В хаотической ситуации действие может вернуть чувство контроля над жизнью. Постарайтесь соблюдать распорядок дня, свой и вашего подопечного, и постарайтесь найти занятия, которыми вы можете заниматься вместе с ним, что доставит вам обоим хорошее самочувствие.

И самое главное, не оставайтесь наедине со страхами и переживаниями. Поделитесь своими сомнениями и опасениями с подопечным и членами его семьи, друзьями или социальным работником частной клиники и, при необходимости, попросите поддержки у профессиональных источников.

[Ссылка на видео](#)

Существуют ли эмоциональные и социальные меры поддержки иностранных рабочих?

В связи с ситуацией иностранные работники могут получить первичную психологическую помощь в колл-центре для иностранных работников, через социальных работников Управления народонаселения и иммиграции и переводчиков центра на различные языки.

Для того, чтобы открыть заявку, пожалуйста, оставьте контактные данные в онлайн-форме [по ссылке здесь](#).

Кроме того, вы можете напрямую обратиться в колл-центр, предоставляющий ответы иностранным работникам на разных языках, по номеру: 1-700-707-889.

Кроме того, проводятся встречи Zoom для поддержки и предоставления инструментов иностранным работникам, с концентрацией ответов вы можете связаться [по ссылке здесь](#).

Что можно сделать, чтобы лучше справиться с эвакуацией?

Мы находимся в режиме чрезвычайной ситуации, одной из характеристик которой является постоянная неопределенность. Однако долгосрочная борьба отличается от краткосрочной борьбы за выживание, которая характеризовала первые дни войны. Чтобы лучше справляться с неопределенностью в течение длительного периода времени, вам необходимо регулировать имеющиеся у вас ресурсы, заранее планируя и организуя свою жизнь в соответствии с новой ситуацией.

Вот несколько рекомендаций, которые помогут вам организовать и вернуть контроль над своей жизнью:

Чтобы максимально вернуться к рутине, выполняйте 3 самые важные вещи:

1. Еда – ешьте как минимум 2 питательных блюда в день.
2. Сон. Сон можно улучшить с помощью медитации, расслабляющей музыки, управляемых образов или дыхательных упражнений.
3. Движение тела.

- Быть активным – как в ежедневном уходе, так и в помощи и поддержке других.
- Оптимизм и юмор – находите мелочи, над которыми можно посмеяться в течение дня.
- Пребывание на солнце и по возможности пребывание на улице.
- Занимать мысли полезными и позитивными вещами.
- Пребывание “здесь и сейчас” – каждый маленький момент, когда «у тебя все хорошо», складывается в нечто большее и значимое.
- Совершайте значимые действия вместе – будьте частью сообщества, молитесь вместе, слушайте друг друга и помогайте друг другу.

Предоставляется ли помощь со стороны Государства Израиль лицам, осуществляющим уход, которые работают в Израиле и пострадали от войны?

Иностранный рабочий, получивший ранение в результате террористического инцидента в Войне «Железных мечей», получит все льготы и вознаграждения как пострадавший житель Израиля, если он въехал в страну легально, даже если срок действия его визы на жительство в стране истек. права, [нажмите здесь](#).

Иностранный работник, страдающий тревожным расстройством, имеет право на лечение в центрах и клиниках устойчивости. [Для получения информации нажмите здесь](#). По вопросам и запросам вы можете позвонить на линию немедленной помощи по телефону 02-6269999.

Все мое имущество осталось, имею ли я на что-нибудь право?

Вы можете проверить свое право на получение финансовой компенсации из компенсационного фонда Налогового органа. Для получения дополнительной информации и вопросов вы можете обратиться в компенсационный фонд, центр поддержки* 4954.