

NAËMi+

Der Newsletter des Projekts „Grenzüberschreitende Gesundheitskooperation in der Eurostadt Gubin-Guben“



DIE SOMMERFERIEN SIND IN VOLLEM GANGE!

Viele genießen gerade ihre Reisezeit – damit auch du ganz entspannt unterwegs bist, haben wir hier ein kleines FAQ zu deiner Absicherung im Ausland für dich zusammengestellt.

Notfall im Ausland? Kenne deine Patientenrechte! Wusstest du, dass du mit deiner EHIC (Europäischen Krankenversicherungskarte) im gesamten EU- und EWR-Raum sowie in der Schweiz abgesichert bist?

Bei den deutschen Krankenkassen ist die EHIC übrigens automatisch auf der Rückseite deiner Gesundheitskarte aufgedruckt – du musst sie also nicht extra beantragen! In Polen hingegen musst du die Karte beim NFZ beantragen. Das geht auch ganz einfach online.

Was bringt dir die EHIC überhaupt?

- Sie deckt notwendige medizinische Behandlungen im Ausland ab – zu denselben Bedingungen und Kosten wie für Einheimische.
- Sie gilt für akute Notfälle und unvorhersehbare Erkrankungen während deiner Reise.
- Einfach die Karte vorlegen und behandeln lassen.

Aber Achtung:

- **!** Die EHIC ersetzt keine private Reisekrankenversicherung (z. B. ist ein Rücktransport nach Hause nicht abgedeckt).
- **!** Ablaufdatum prüfen! Bei Verlust oder Ablauf kannst du einfach eine neue Karte bei deiner Krankenkasse anfordern.

So bist du im Ernstfall bestens geschützt und kannst deine Reise unbeschwert genießen!

KRANK IM URLAUB? DEINE RECHTE IN DEUTSCHLAND UND POLEN

Wirst du im Urlaub krank, ist das zwar ärgerlich – aber kein reines Pech: Sowohl in Deutschland als auch in Polen schützen dich die Arbeitsgesetze davor, deine Urlaubstage zu verlieren. Krankheitstage werden nicht auf den Urlaub angerechnet, wenn du folgende Punkte beachtest:

Was musst du tun?

✔ Sofort krankmelden

Informiere deinen Arbeitgeber so schnell wie möglich, am besten telefonisch oder per E-Mail.

✔ Ärztliches Attest besorgen

Lass dir unbedingt eine Bescheinigung über deine Arbeitsunfähigkeit ausstellen – auch wenn du dich im Ausland befindest.

- In Deutschland: die bekannte Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (AU).
- In Polen: das Attest ZUS ZLA (oft digital als e-ZLA).

✔ Attest einreichen

Schicke die Bescheinigung umgehend an deinen Arbeitgeber.

Achte darauf, dass bei einem Attest aus dem Ausland eventuell eine beglaubigte Übersetzung verlangt wird.

✔ Besonderheit Deutschland:

Wenn du im Ausland krank wirst, musst du zusätzlich deine Krankenkasse informieren.

Warum ist das wichtig?

Nur wenn du diese Pflichten erfüllst, werden die Krankheitstage nicht als Urlaubstage gewertet. So kannst du den Urlaub später nachholen und verlierst keine freien Tage.

Trotz allem, was das Leben manchmal bereithält, wünschen wir dir beste Gesundheit, viele unbeschwerte Sommertage und stets die Sicherheit, dass du auch im Urlaub bestens abgesichert bist!



NAËMI+

Beratungsstelle

Öffnungszeiten:

Dienstag: 9 – 12 Uhr

E-Mail:

naemiplus@naemi-wilke-stift.de

Telefon:

+48 517 401115

Adresse:

Gesundheitszentrum Grunwald

Śląska-Str 35B,

66-620 Gubin

Außerhalb der Bürozeiten kontaktieren Sie bitte:

Internationales Patientenbüro

im Diakoniekrankenhaus

Naëmi Wilke Guben

Telefon:

+49 3561 403282

(ab 12:00 Uhr)

E-Mail:

kontakt@naemi-wilke-stift.de



Foto: Naëmi-Wilke-Stift

Tipp für den EU-Urlaub - Reiseapotheke

Diese Basics sollten immer dabei sein – egal ob Strandurlaub, Wandertrip oder Städtetour:

- Schmerz- & Fiebermittel
- Pflaster & kleine Wunddesinfektion
- Mittel gegen Durchfall & Übelkeit
- Sonnenschutz & After-Sun
- persönliche Medikamente (inkl. Notfallmedikamente!)
- Kopien von Rezepten und Notfallkontakten

Extra-Tipp:

Pack die EHC (in Deutschland auf der Rückseite deiner Gesundheitskarte) und deine Krankenkassen-Notrufnummer dazu. So bist du auch im Ernstfall schnell versorgt!