

COVID-19

Συγκεντρωτικός οδηγός εγγράφων και διαδικασιών

Σκοπός

Αυτός ο οδηγός εξυπηρετεί τη συγκέντρωση των οδηγιών σε ένα έγγραφο, τη δυνατότητα γρήγορης εύρεσης των εγγράφων που έχουν παραληφθεί στο σχολείο από το ΥΠΑΙΘ, καθώς την καταγραφή των οδηγιών που ισχύουν για το σχολείο μας μετά από προσαρμογή των ληφθεισών οδηγιών ΥΠΑΙΘ.

Οδηγίες ΥΠΑΙΘ:

[Οδηγίες και μέτρα για την επανέναρξη λειτουργίας των σχολικών μονάδων Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης](#)

[ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟ ΜΗ ΥΓΕΙΟΝΟΜΙΚΩΝ ΜΟΝΑΔΩΝ ΠΟΥ ΠΙΘΑΝΟΝ ΕΧΟΥΝ ΕΚΤΕΘΕΙ ΣΤΟΝ ΙΟ SARS-COV-2](#)

Αφίσες για πλύσιμο χεριών: [Αφίσα 1](#), [Αφίσα 2](#)

Υλικά, εξοπλισμός, τοποθέτηση εξοπλισμού

Έλεγχος αποθεμάτων για την παρακάτω λίστα υλικών

- Πυκνή χλωρίνη για αραίωση (20ml=4 κουταλάκια σε 1 λίτρο νερού)
- χειροπετσέτες ζικ ζικ (αντικαθιστά και το χαρτί υγιείας)
- Βαποριζατέρ για υγρό κρεμοσάπουνο
- Υγρό κρεμοσάπουνο
- Γάντια μιας χρήσης
- Μάσκες χειρουργικές μη ιατρικές
- Αλκοόλη 70% (οινόπνευμα)
- Κοινά καθαριστικά και απολυμαντικά καθαρισμού επιφανειών
- Αντισηπτικά αλκοολούχα σε κάθε αίθουσα (τάξη, γραφεία, εργαστήρια)
- Διαφανής μεμβράνη τροφίμων για τους η/υ (πληκτρολόγια, ποντίκια, τηλεχειριστήρια)
- Στολή εργασίας μιας χρήσης (προσωπικό καθαριότητας)

Μετά από πρωτοβουλία του σχολείου και του Σγκ:

- Ατομικές ασπίδες προσώπου
- Πατάκια στις τέσσερις εισόδους που θα ψεκάζονται με απολυμαντικό κάθε πρωί

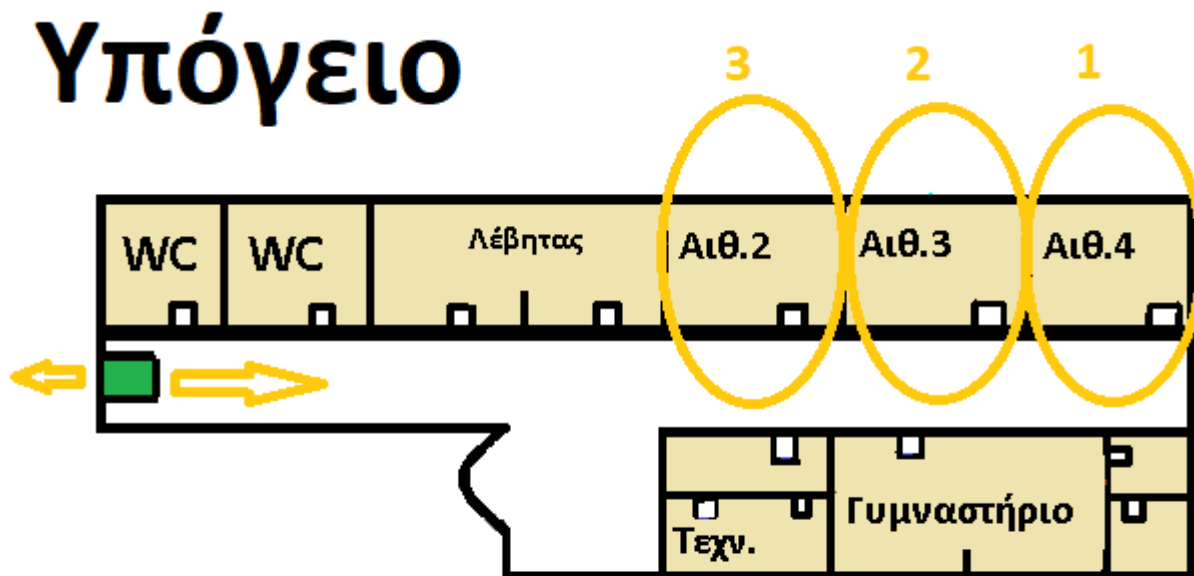
Τοποθέτηση υλικών και εξοπλισμού στους χώρους:

- Συγκέντρωση απουσιολογιών, βιβλίων ύλης και αντισηπτικού υγρού ανά τμήμα, στις κεντρικές έδρες (ισόγειο) μέσα σε διακριτό φάκελο με αυτοκόλλητο και φιάλη αντισηπτικού.
- Τοποθέτηση πανιού με οινόπνευμα δίπλα σε κάθε φωτοτυπικό, στους υπολογιστές γραφείων

- Τα μαθήματα της Τεχνολογίας, Φυσικής, Βιολογίας και Ιστορίας γίνονται στην αίθουσα του τμήματος,
- Αντί της αίθουσας ΣΕΠ θα γίνεται χρήση του αμφιθεάτρου εφόσον είναι κενό.
- την αίθ.Γραμματείας (μικρό γραφείο εκπαιδευτικών) θα παραμείνει μόνον ΕΝΑΣ εκπ/κός μόνιμα. Έντυπα των επιμέρους τμημάτων παραλαμβάνονται από εκείνον τον χώρο και φυλάττονται από τους υπεύθυνους τμημάτων σε δικό τους χώρο.
- Οι εκπαιδευτικοί διαμοιράζονται στην αιθ.εκδηλώσεων αραιωμένοι και στο υπάρχον γραφείο
- Το κουβούκλιο δεξιά της κεντρικής εισόδου, καθορίζεται ως ο ειδικός χώρος στον οποίο σε περίπτωση ανάγκης θα πρέπει να οδηγηθεί και να παραμείνει εκεί μέχρι τη μεταφορά του, οποιοδήποτε άτομο εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με COVID-19 μέσα στο σχολικό κτίριο. Στον συγκεκριμένο χώρο θα πρέπει να υπάρχουν χειρουργικές μάσκες, γάντια και αλκοολούχο αντισηπτικό.
- Τα φαρμακεία πρώτων βοηθειών μεταφέρονται στο ερμάριο που βρίσκεται στον κεντρικό διάδρομο του ισόγειου.
- Δεν διενεργούνται δραστηριότητες που οδηγούν στο να έρθουν σε επαφή μαθητές διαφορετικών τμημάτων.
- Δεν επιτρέπονται επισκέπτες στο χώρο της τάξης ή του σχολείου.
- Δεν επιτρέπεται η χρήση των κλιματιστικών στα γραφεία.

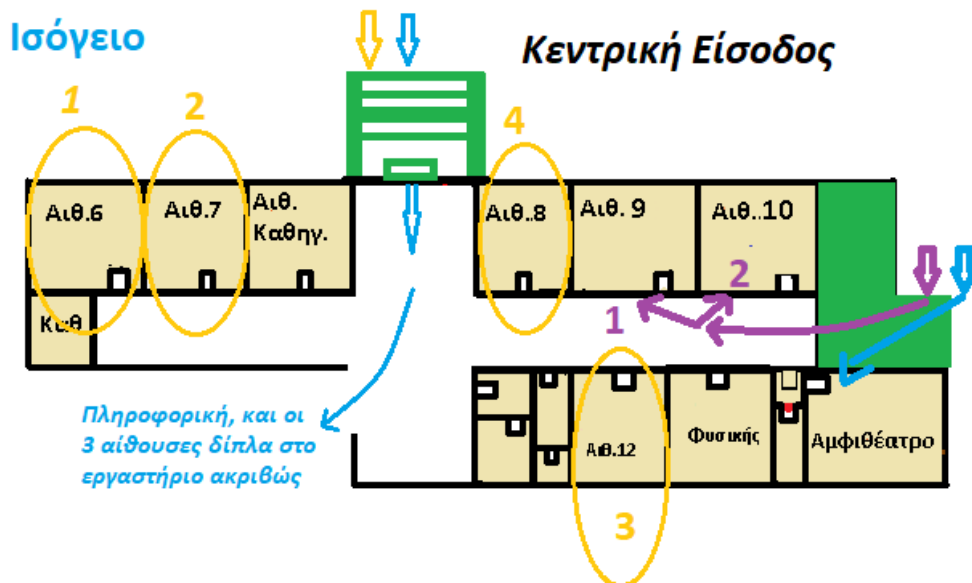
Είσοδος και έξοδος από το κτίριο:

- Δεν πραγματοποιείται η συγκέντρωση μαθητών στον προαύλιο χώρο πριν την έναρξη του ωρολόγιου προγράμματος και η καθιερωμένη διαδικασία πραγματοποιείται εντός των αιθουσών. Αναγκαίες ανακοινώσεις γίνονται από τη διεύθυνση του σχολείου με περιφορά στις αίθουσες.
- Από την πόρτα του Υπογείου εισέρχονται με την ακόλουθη σειρά οι μαθητές και μαθήτριες των τμημάτων: Α5, Α1, Β2



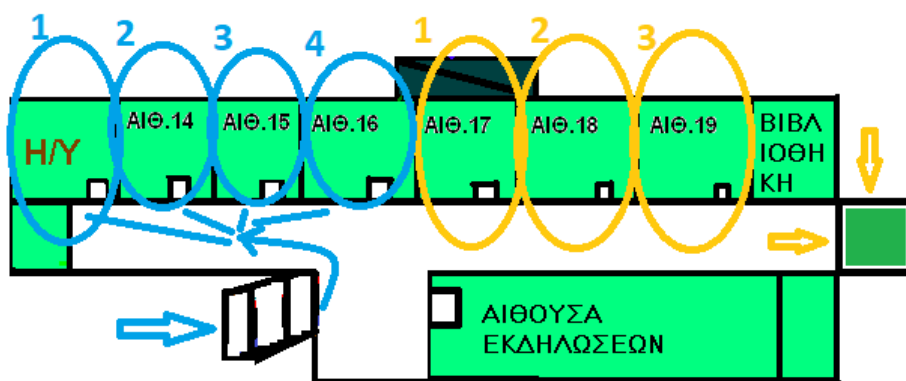
Είσοδος σύμφωνα με τους αριθμούς και Έξοδος αντίστροφα

- Από την πόρτα της Κεντρικής εισόδου εισέρχονται με την ακόλουθη σειρά οι μαθητές και μαθήτριες των τμημάτων: Γ5, Β5, Γ3, Γ1 και αμέσως μετά οι μαθητές των τμημάτων που προορίζονται για τον πάνω όροφο: Πληροφορική, Α4, Α3, Α2



Είσοδος σύμφωνα με τους αριθμούς και Έξοδος αντίστροφα

- Από την Πλαϊνή είσοδο του ισογείου, εισέρχονται με την ακόλουθη σειρά οι μαθητές και μαθήτριες των τμημάτων Γ2, Γ4
- Από την Εξωτερική πόρτα Αμφιθεάτρου εισέρχονται οι μαθητές της τάξης Υποδοχής (εφόσον δεν έχουν μάθημα στο μάθημα γενικής παιδείας)
- Από την πόρτα του Πάνω ορόφου (μεταλλική σκάλα) εισέρχονται με την ακόλουθη σειρά οι μαθητές και μαθήτριες που προορίζονται για τους χώρους: Β1, Β3, Β4



Είσοδος σύμφωνα με τους αριθμούς και Έξοδος αντίστροφα

1ος Όροφος

- Η πυράντοχη πόρτα στο διάδρομο του ισογείου που οδηγεί στο αμφιθέατρο, καθώς και η εσωτερική πόρτα του αμφιθεάτρου τηρούνται κλειδωμένες.

- Οι μαθητές δεν μετακινούνται σε διαφορετικές αίθουσες – μετακινούνται μόνο οι εκπαιδευτικοί.

Τα παράθυρα των αιθουσών παραμένουν ανοικτά κατά τη διάρκεια του μαθήματος.

Σκουπίδια τοποθετούνται αμέσως μέσα στους κλειστούς κάδους που υπάρχουν σε αίθουσες και σε γραφεία.

Υλικά ανακύκλωσης, δηλαδή πλαστικό, καπάκια, χαρτί (όχι από φαγώσιμα), μπαταρίες τοποθετούνται μόνο μέσα στους κλειστούς κάδους ανακύκλωσης. Τα υλικά ανακύκλωσης συλλέγονται κυκλικά από ομάδες εκπαιδευτικών – μαθητών.

Οι μαθητές/τριες δεν εισέρχονται στο γραφείο καθηγητών και στην αίθ.εκδηλώσεων.

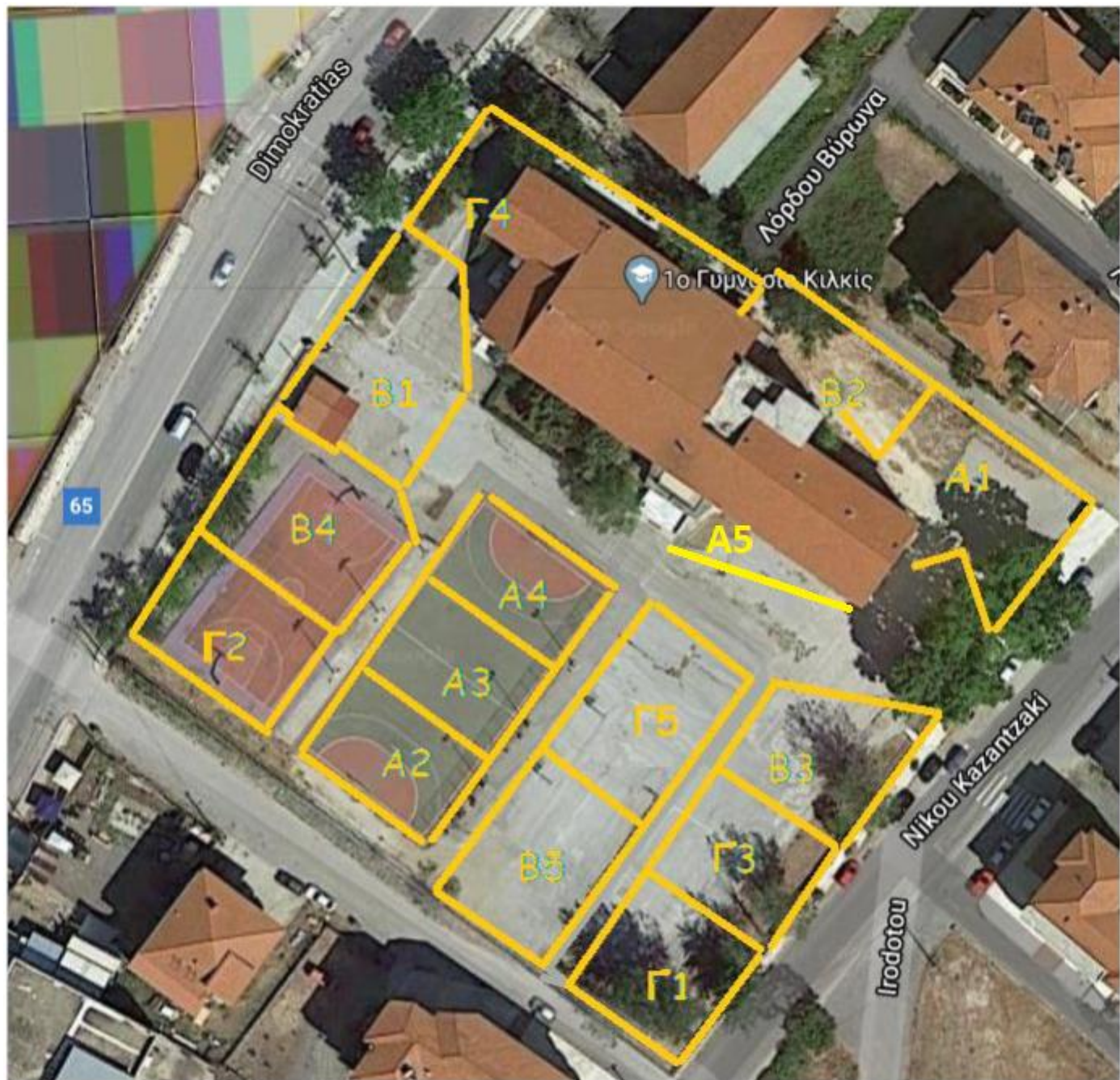
Κανένας μαθητής ή εκπαιδευτικός δεν εισέρχεται στο γραφείο των υποδ/ντών και της Δ/ντριας πέραν των ιδίων.

Οι μαθητές, εκπαιδευτικοί, προσωπικό καθαριότητας με την άφιξή τους στο κτίριο σκουπίζουν τα πόδια τους στο πατάκι εισόδου που έχει ψεκαστεί με απολυμαντικό.

Διαλείμματα και αυλισμός:

Προκειμένου να περιοριστεί η αλληλεπίδραση μεταξύ των τμημάτων/υποτμημάτων το σχολείο σχεδιάζει αναπροσαρμοσμένο ωρολόγιο πρόγραμμα που θα εξυπηρετεί τις προσπάθειες συστηματικού διαχωρισμού των μαθητών και κατά τα διαλείμματα. Ως εκ τούτου το πρόγραμμα εφημεριών θα αναπροσαρμοστεί καταλλήλως με ζητούμενο τον βέλτιστο δυνατό τρόπο ώστε να αποφεύγεται ο συνωστισμός των μαθητών κατά τη διάρκεια των διαλειμμάτων και να διασφαλίζεται η τήρηση των απαιτούμενων αποστάσεων των μαθητών σε κάθε χώρο του σχολείου.

- Τα παράθυρα παραμένουν ανοικτά στη διάρκεια του διαλείμματος, καθώς και οι πόρτες των αιθουσών ώστε να διευκολύνεται η διαδικασία του φυσικού αερισμού.
- Το κουδούνι θα χτυπά την ίδια ώρα για όλα τα υποτμήματα.
- Οι εκπαιδευτικοί εποπτεύουν και συνοδεύουν τους μαθητές ώστε να τηρούνται οι απαιτούμενες αποστάσεις.
- Ο εκπαιδευτικός με το πέρας της ώρας διδασκαλίας κατευθύνει τους μαθητές στο χώρο του προαυλίου που σχεδιάστηκε για το κάθε τμήμα ξεχωριστά. Ο εκπαιδευτικός παραμένει μαζί τους σε θέση εφημερίας μέχρι να έρθει στο σημείο άλλος εκπαιδευτικός, αυτός που έχει μάθημα με το συγκεκριμένο τμήμα την επόμενη ώρα, οπότε και αναλαμβάνει εφημερία, τη συνοδεία και εποπτεία των μαθητών κατά την είσοδό τους στο σχολείο μετά το κουδούνι.
- Οι τάξεις στο προαύλιο επιτρέπεται να διαμοιράζονται ως εξής στα διαμερίσματα της αυλής:



-
- Όταν ο καιρός είναι καλός, όλοι οι εφημερεύοντες συνοδεύουν τους μαθητές στο προαύλιο και ασκούν εκεί την εφημερία τους με κύρια μέριμνα την τήρηση της απόστασης του 1,5 μέτρου μεταξύ των μαθητών.
- Υπάρχει **πάντοτε εφημερεύων εκπαιδευτικός στο διάδρομο έξω από τις εισόδους στις τουαλέτες** ώστε να εποπτεύει τη διαδικασία πλυσίματος αλλά και να εμποδίζει δημιουργία καταστάσεων αναμονής / συνωστισμού για την τουαλέτα.
- Όταν ο καιρός δεν είναι καλός, οι μαθητές παραμένουν στις αίθουσες μαζί με τον εκπαιδευτικό και μετακινούνται εφόσον έχουν ανάγκη την τουαλέτα και επιστρέφουν αμέσως στο θρανίο τους. Σε αυτήν την περίπτωση οι εκπαιδευτικοί (που δεν έχουν μάθημα) εφημερεύουν εντός του κτιρίου στους διαδρόμους.
- Σε καμία περίπτωση δεν νοείται συγκέντρωση των μαθητών στους διαδρόμους ή σε άλλους κοινόχρηστους χώρους (πχ κεφαλόσκαλα).

- Με δεδομένο την καθυστέρηση στην έξοδο των μαθητών, το σχολείο μεριμνά ώστε να υπάρχει ουσιαστικός χρόνος διαλείμματος. Έτσι, τα πεντάλεπτα διαλείμματα ορίζονται όλα δεκάλεπτα με μείωση των αντίστοιχων διδακτικών ωρών κατά πέντε λεπτά.

Χρήση τηλεφώνων:

- Κανένας δεν εισέρχεται στο γραφείο των υποδ/ντών και της Δ/ντριας προκειμένου να χρησιμοποιήσει τα τηλέφωνα.
- Οι μαθητές ζητούν από το διάδρομο τη βοήθεια των υποδ/ντών, της Δ/ντριας για επικοινωνία, η διεύθυνση επικοινωνεί με τους γονείς και με ανοικτή ακρόαση βοηθάει από απόσταση την επικοινωνία γονιού-παιδιού.
- Οι εκπ/κοί κάνουν χρήση των δικών τους κινητών τηλεφώνων. Αν αυτό δεν είναι δυνατόν, τότε ακολουθούν από απόσταση τα προαναφερόμενα για τους μαθητές.
- Μαθητές από την επαρχία που διαθέτουν το κινητό τους τηλέφωνο και για το οποίο είναι ενήμερη η Δ/ντρια, τοποθετούν τα κινητά τους τηλέφωνα στο ερμάριο στην είσοδο και όχι στο γραφείο της Δ/ντριας.

Μέσα προστασίας & μέτρα προσωπικής υγιεινής:

- Συνιστάται η χρήση μη ιατρικής προστατευτικής μάσκας από εκπαιδευτικούς και μαθητές με την προϋπόθεση τήρησης των όρων σωστής χρήσης της (βλ. σχετικές οδηγίες/[βίντεο](#)). Η χρήση της μάσκας αποτελεί συμπληρωματικό μέτρο και δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί χωρίς τους απαραίτητους κανόνες υγιεινής. Χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή να μην καλλιεργηθεί το αίσθημα ψευδούς ασφάλειας από την χρήση της μάσκας ή ανάρμοστες συμπεριφορές διάκρισης και προαγωγής στίγματος από μαθητές που προαιρετικά χρησιμοποιούν ή όχι την μάσκα.
- Ειδικά κατά την **παράλληλη στήριξη** από τον εκπαιδευτικό της στήριξης, ΕΒΠ, Σχολικό Νοσηλεύτη είναι υποχρεωτική η χρήση μάσκας, δεδομένου ότι δεν δύναται να τηρηθεί η ελάχιστη ασφαλής απόσταση μεταξύ εκπαιδευτικού προσωπικού και μαθητή.
- Το σχολείο παρέχει ατομική διαφανή ασπίδα προσώπου σε κάθε μαθητή, εκπαιδευτικό και το προσωπικό καθαριότητας. Οι προστατευτικές ασπίδες προσώπου θα παραδοθούν την πρώτη ημέρα 18/5 στους μαθητές που θέλουν να τη χρησιμοποιήσουν. Οι κανόνες χειρισμού των ασπίδων προσώπου, είναι ίδιοι με αυτούς που ισχύουν για τις μάσκες: καθαρά χέρια πριν τη βάλεις, καθαρά χέρια πριν την βγάλεις, πλύσιμο χεριών αμέσως μετά. Για τον καθαρισμό δεξ το σημείο για τις ενέργειες καθαρισμού. **Είναι σημαντικό να μην αφαιρείται η ασπίδα από το πρόσωπο όσο βρίσκεται μέσα στο σχολείο, γιατί θα πρέπει να πλυθεί και να αποθηκευτεί σε καθαρό περιβάλλον.**
- Ειδικά για τους μαθητές:
 - Να βήχεις ή να φτερνίζεσαι στον αγκώνα σου ή σε χαρτομάντιλο, το οποίο θα πετάς αμέσως σε κάδο απορριμμάτων.
 - Να μην βάζεις τα χέρια σου στο στόμα, στη μύτη ή στα μάτια σου.
 - Δεν τρώμε τα νύχια και δε μασουλάμε τα μολύβια μας.
 - Να πλένεις συχνά τα χέρια σου με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, **ειδικά πριν τη λήψη φαγητού και μετά τη χρήση της τουαλέτας**. Αν δεν υπάρχει σαπούνι και νερό, μπορείς να χρησιμοποιήσεις αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.
 - Να μην ανταλλάσσεις αντικείμενα (όπως στυλό, μολύβι, γόμα, κινητό τηλέφωνο, χαρτονομίσματα, κέρματα κλπ) με τους συμμαθητές σου.
 - Δε μοιραζόμαστε κινητά τηλέφωνα, καλλυντικά – αν πρέπει να δανειστούμε κάτι το καθαρίζουμε και μετά πλένουμε τα χέρια μας
 - Να κρατάς απόσταση 1,5 μ. με τους συμμαθητές σου μέσα στην τάξη και στους άλλους χώρους του σχολείου, καθώς και με τους φίλους και γνωστούς σου έξω από το σχολείο.
 - Σε περίπτωση που εμφανίσεις πυρετό, βήχα ή δυσκολία στην αναπνοή να ενημερώσεις άμεσα τους γονείς/κηδεμόνες σου ή τον καθηγητή σου και να **μείνεις σπίτι μέχρι να νιώσεις τελείως καλά**.

- Να έχεις πάντα μαζί σου χαρτομάντηλα
- Να σκουπίζεις τα παπούτσια σου στα πατάκια εισόδου που έχουν ψεκαστεί με απολυμαντικό.
- Δεν ανεβαίνουμε πάνω στα παγκάκια, σε καρέκλες ή σε θρανία με τα παπούτσια!
- Στην τουαλέτα είμαστε πολύ προσεκτικοί και ρίχνουμε τα χαρτιά μόνον μέσα στον κάδο!
- Στις τάξεις είμαστε πολύ προσεκτικοί και ρίχνουμε τα σκουπίδια μας μόνον μέσα στους κλειστούς κάδους!

Εκπαιδευτικοί

Διαρκής εποπτεία και άμεση διορθωτική επέμβαση ώστε να διατηρείται η αρχική αραίωση θρανίων εντός των αιθουσών (να υφίσταται περιμετρικά κάθε θρανίου απόσταση 1,5 μέτρου).

Οι εκπαιδευτικοί τακτοποιούν πλήρως τις επιφάνειες των γραφείων τους αφαιρώντας όλα τα μικροαντικείμενα ώστε να είναι δυνατός ο καθαρισμός.

Δεν γίνεται παρασκευή καφέ στο γραφείο. Τυχόν αγορά από εξωτερικό κατάστημα διενεργείται μόνο έξω από το προαύλιο του σχολείου.

Δε γίνεται κοινή χρήση αντικειμένων (στυλό, συρραπτικά, κλπ). Ο καθένας φροντίζει να έχει διαθέσιμα κλειδιά πασπαρτού των αιθουσών και μαρκαδόρων πριν την είσοδό του στην αίθουσα. Αν τυχόν γίνει κοινή χρήση αντικειμένων, πρέπει να ακολουθήσει άμεση πλύση χεριών.

Αποφεύγεται η ανταλλαγή εγγράφων, βιβλίων, τετραδίων μεταξύ των εκπαιδευτικών και μεταξύ εκπαιδευτικών-μαθητών.

Κλειδιά από τους χώρους των γραφείων, την αίθουσα εκδηλώσεων, αποθηκών χειρίζονται μόνον οι υποδιευθυντές και η Δ/ντρια.

Στα γραφεία και στις αίθουσες διδασκαλίας, πριν τη χρήση του φωτοτυπικού, υπολογιστή, τηλεχειριστηρίου, ποντικιού ο κάθε εκπαιδευτικός τα καθαρίζει με το πανί εμποτισμένο σε οινόπνευμα. Οι υπολογιστές χρησιμοποιούνται μόνο φορώντας καθαρά γάντια μιας χρήσης, τα οποία και απορρίπτονται απευθείας μετά.

Τα απουσιολόγια και βιβλία ύλης έχουν μεταφερθεί στις δύο πράσινες κεντρικές έδρες. Δεν παραλαμβάνονται από μαθητές. **Τα διαχειρίζονται αποκλειστικά οι εκπαιδευτικοί.** Μετά από κάθε διδακτική ώρα επιστρέφονται από τον εκπαιδευτικό στις πράσινες κεντρικές έδρες (δεν αφήνονται στην αίθουσα) ώστε να τα παραλάβει ο επόμενος εκπαιδευτικός. Μαζί με το απουσιολόγιο τηρείται το αντισηπτικό της αίθουσας.

Οι εκπαιδευτικοί εποπτεύουν και συνοδεύουν τους μαθητές ώστε να τηρούνται οι απαιτούμενες αποστάσεις. Ο εκπαιδευτικός με το πέρας της ώρας διδασκαλίας κατευθύνει τους μαθητές στο χώρο του προαυλίου που σχεδιάστηκε για το κάθε τμήμα ξεχωριστά. Ο εκπαιδευτικός παραμένει μαζί τους σε θέση εφημερίας μέχρι να έρθει στο σημείο άλλος εκπαιδευτικός, αυτός που έχει μάθημα με το συγκεκριμένο τμήμα την επόμενη ώρα, οπότε και αναλαμβάνει εφημερία, τη συνοδεία και εποπτεία των μαθητών κατά την είσοδό τους στο σχολείο μετά το κουδούνι. Κατά την είσοδο των μαθητών στην αίθουσα, ο εκπαιδευτικός βάζει στον κάθε μαθητή αντισηπτικό στα χέρια του.

Κατά την είσοδο των μαθητών στην αίθουσα, **ο εκπαιδευτικός βάζει στον κάθε μαθητή αντισηπτικό στα χέρια του.**

Οι εκπαιδευτικοί φροντίζουν ώστε τα παράθυρα των αιθουσών να παραμένουν ανοικτά κατά τη διάρκεια του μαθήματος καθώς και κατά το διάλειμμα. **Στο διάλειμμα οι πόρτες των αιθουσών παραμένουν ανοικτές** για τη διευκόλυνση του φυσικού αερισμού.

Οι υπεύθυνοι τμημάτων εποπτεύουν **πριν την έναρξη των μαθημάτων** την αίθουσα του τμήματός τους: απομακρύνουν αντικείμενα που δε χρειάζονται, τακτοποιούν, ειδοποιούν τη διεύθυνση για τυχόν ζητήματα.

Οι εκπαιδευτικοί τοποθετούν σε κάθε αίθουσα, εργαστήριο, διαδρόμους, γραφεία έγχρωμα αντίγραφα των αφισών:

[Αφίσα 1](#)

[Αφίσα 2](#)

Οι εκπαιδευτικοί έχουν μελετήσει και εξοικειωθεί με το παρόν υλικό ώστε τις δύο πρώτες ώρες της πρώτης διδακτικής ημέρας να παρουσιάσουν στους μαθητές και να συζητήσουν μαζί τους: μέρη του παρόντος υλικού (ενότητα Μαθητές και γενικές οδηγίες), [Τι πρέπει να γνωρίζω για να προστατεύσω τον εαυτό μου και το σχολείο μου](#), [Σενάρια για άσκηση - Πως διαχειριζόμαστε στο σχολείο τον COVID 19](#), το βίντεο [Υγιεινή των χεριών](#), το βίντεο για την [Σωστή Χρήση της μάσκας](#)

Στον πίνακα **γράφει ο καθηγητής με υλικά που θα χρησιμοποιεί μόνο εκείνος.**

Ειδικές οδηγίες για τους εκπαιδευτικούς και το **μάθημα της Φυσικής Αγωγής**: Η φυσική άσκηση είναι πολύ σημαντική για τους μαθητές όλων των βαθμίδων και ειδικά την περίοδο αυτή. Παρόλα αυτά θα πρέπει να αποφευχθούν τα ομαδικά παιχνίδια με χρήση αντικειμένων ή εξοπλισμού που θα έρχεται σε επαφή με όλα τα παιδιά ταυτόχρονα (μπάλα ή εξοπλισμός γυμναστηρίου). Συνιστάται η χρήση εξοπλισμού ατομικού για κάθε παιδί ο οποίος θα πρέπει να καθαρίζεται σχολαστικά μετά από κάθε χρήση.

Ειδικές οδηγίες για τους εκπαιδευτικούς και το **μάθημα της Πληροφορικής**: Όλοι οι μαθητές πλένουν τα χέρια τους πριν από το μάθημα της πληροφορικής. Με την είσοδο στο χώρο βάζουν αντισηπτικό στα χέρια τους. Πληκτρολόγια και ποντίκια είναι πάντοτε καλυμμένα με μεμβράνη οικιακής χρήσεως, η οποία αφαιρείται με την εναλλαγή κάθε χρήστη.

Αρχεία μελέτης για τον εκπαιδευτικό:

[Λίστα με όσα δεν πρέπει να ξεχνούν οι εκπαιδευτικοί](#)

[Πώς θα πρέπει να μιλάω στους εφήβους για τον COVID-19 για γονείς και εκπαιδευτικούς!](#)

[Συμβουλές προς εκπαιδευτικούς για την ενδυνάμωση και αποφόρτιση των εφήβων](#)

Μαθητές

Να βήχεις ή να φτερνίζεσαι στον αγκώνα σου ή σε χαρτομάντιλο, το οποίο θα πετάς αμέσως σε κάδο απορριμμάτων.

Να μην βάζεις τα χέρια σου στο στόμα, στη μύτη ή στα μάτια σου.

Δεν τρώμε τα νύχια και δε μασουλάμε τα μολύβια μας.

Να πλένεις συχνά τα χέρια σου με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, **ειδικά πριν τη λήψη φαγητού και μετά τη χρήση της τουαλέτας**. Αν δεν υπάρχει σαπούνι και νερό, μπορείς να χρησιμοποιήσεις αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα.

Δεν δανειζόμαστε αντικείμενα (όπως στυλό, μολύβι, γόμα, κινητό τηλέφωνο, χαρτονομίσματα, κέρματα κλπ) με τους συμμαθητές σου. Για αυτό πριν ξεκινήσουμε το πρωί από το σπίτι πρέπει να έχουμε φροντίσει να έχουμε όλα αυτά που χρειαζόμαστε για την συγκεκριμένη ημέρα στο σχολείο.

Δεν μοιραζόμαστε κινητά τηλέφωνα, καλλυντικά κλπ

Στη περίπτωση που πρέπει να δανειστούμε ή να δανείσουμε κάτι το καθαρίζουμε και μετά πλένουμε τα χέρια.

Να κρατάς απόσταση 1,5 μ. με τους συμμαθητές σου μέσα στην τάξη και στους άλλους χώρους του σχολείου, καθώς και με τους φίλους και γνωστούς σου έξω από το σχολείο.

Σε περίπτωση που εμφανίσεις πυρετό, βήχα ή δυσκολία στην αναπνοή να ενημερώσεις άμεσα τους γονείς/κηδεμόνες σου ή τον καθηγητή σου και να **μείνεις σπίτι μέχρι να νιώσεις τελείως καλά**.

Περιμένουμε υπομονετικά στη σειρά σε απόσταση. Βγαίνουμε με σειρά χωρίς να στριμωχνόμαστε και να πέφτουμε ο ένας πάνω στον άλλο. Κατεβαίνουμε τις σκάλες χωρίς να συνωστιζόμαστε. Στο προαύλιο κρατάμε αποστάσεις. Μιλάμε με τους φίλους μας αλλά αποφεύγουμε τη στενή επαφή

Βάζουμε αντισηπτικό διάλυμα στα χέρια μας στην αρχή κάθε διδακτικής ώρας.

Εάν το θρανίο μας δεν είναι καθαρό, το καθαρίζουμε σχολαστικά.

Μέχρι να καταφέρουμε να καθαρίσουμε τα χέρια μας:

- Δεν ακουμπάμε το πρόσωπό μας με τα χέρια μας
- Δεν πιάνουμε τα προσωπικά μας αντικείμενα
- Δεν ακουμπάμε τους άλλους

Σε περίπτωση που εμφανίσεις πυρετό, βήχα ή δυσκολία στην αναπνοή να ενημερώσεις άμεσα τους γονείς/κηδεμόνες σου ή τον καθηγητή σου και να **μείνεις σπίτι μέχρι να νιώσεις τελείως καλά**.

Να έχεις πάντα μαζί σου χαρτομάντηλα.

Στο μάθημα της Πληροφορικής βοηθάς τον εκπαιδευτικό αφαιρώντας τη διαφάνεια από το πληκτρολόγιο και τοποθετώντας καινούργια.

Στο μάθημα της Γυμναστικής ακολουθείς πιστά της οδηγίες του εκπαιδευτικού και δεν ακουμπάς τους άλλους ή κοινά αντικείμενα.

Τα χαρτιά που είναι καθαρά (όχι από τρόφιμα) συλλέγονται μόνο στους μπλέ κάδους

Τα πλαστικά αντικείμενα συλλέγονται μόνο στους μεγάλους κίτρινους κάδους

Τα καπάκια μπουκαλιών συλλέγονται μόνο στον μικρό κίτρινο κάδο

Οι μπαταρίες συλλέγονται μόνο στα δοχεία περισυλλογής τους ΑΦΗΣ

Φτάνοντας στο σχολείο, σκουπίζεις τα παπούτσια σου στα πατάκια εισόδου που έχουν ψεκαστεί με απολυμαντικό. Δεν ανεβαίνουμε πάνω στα παγκάκια, σε καρέκλες ή σε θρανία με τα παπούτσια!

Στην τουαλέτα είμαστε πολύ προσεκτικοί και ρίχνουμε τα χαρτιά μόνον μέσα στον κάδο!

Στις τάξεις είμαστε πολύ προσεκτικοί και ρίχνουμε τα σκουπίδια μας μόνον μέσα στους κλειστούς κάδους!

[Λίστα για όσα δεν πρέπει να ξεχνάς!](#)

Γονείς

[Λίστα με όσα δεν πρέπει να ξεχνούν γονείς και κηδεμόνες!](#)

[Πώς θα πρέπει να μιλάω στους εφήβους για τον COVID-19 για γονείς και εκπαιδευτικούς!](#)

[Τι πρέπει να γνωρίζω για να προστατεύσω τον εαυτό μου και το σχολείο μου](#)

[Σενάρια για άσκηση - Πως διαχειριζόμαστε στο σχολείο τον COVID 19](#)

βίντεο [Υγιεινή των χεριών](#)

βίντεο για την [Σωστή Χρήση της μάσκας](#)

Καθαρισμός – καθαρίστριες, εκπαιδευτικοί, μαθητές

[Διαδικασία καθαρισμού και εφαρμογής απολυμαντικών σε επιφάνειες και εξοπλισμό στα σχολεία](#)

Όλα τα άτομα μέσα σε μία αίθουσα θα πρέπει να συμβάλουν στην διατήρηση της καθαριότητας του περιβάλλοντος χώρου και στη συνεχή υπενθύμιση των βασικών αρχών υγιεινής. Για αυτό:

- Μαθητές:
 - Φροντίζουν να διατηρούν το θρανίο τους καθαρό.
 - Είμαστε πολύ προσεκτικοί στη διατήρηση της αίθουσας, της αυλής και του τουαλετών καθαρές.
- Εκπαιδευτικοί:
 - Επιβλέπουν τις αίθουσες διδασκαλίας και ενημερώνουν τη διεύθυνση άμεσα για ζητήματα που εντοπίζουν.
 - Τηρούν τις επιφάνειες των γραφείων τους καθαρές από μικροαντικείμενα, ώστε να διευκολύνεται ο καθαρισμός.
 - Ως υπεύθυνοι τμημάτων επιβλέπουν την καθαριότητα του τμήματός τους.
 - Καθαρισμός φωτοτυπικών, υπολογιστών, τηλεχειριστηρίων εντός της τάξης και εντός των γραφείων, πριν κάθε χρήση.
 - Πληροφορικής: φροντίδα για την αλλαγή διαφανούς μεμβράνης σε πληκτρολόγια, ποντίκα στο εργαστήριο.
- Πρ.Καθαριότητας:
 - Να χρησιμοποιούνται διαφορετικές σφουγγαρίστρες σε διαφορετικούς χώρους (Wc μαθητών, Wc μαθητριών, διάδρομοι και αίθουσες άνω ορόφου, διάδρομοι και αίθουσες υπογείου, διάδρομοι και αίθουσες/γραφεία ισογείου, WC εκπαιδευτικών)
 - Έλεγχος για ανάγκη αντικαταστάσεων στις σφουγγαρίστρες.
 - Να τοποθετούνται σφουγγαρίστρες και πανιά καθαρισμού σε αραιωμένη χλωρίνη μέχρι την επόμενη ημέρα.
 - **Προσοχή:** η χλωρίνη δεν αναμειγνύεται με απορρυπαντικά ή διαλύματα αμμωνίας.
 - **Προσοχή:** τα διαλύματα χλωρίνης εφαρμόζονται σε επιφάνειες για τουλάχιστον 1 λεπτό και η αποτελεσματικότητα της δράσης τους διαρκεί για τουλάχιστον 24 ώρες.
 - **Προετοιμασία του διαλύματος αραιωμένης χλωρίνης:** Τέσσερα (4) κουταλάκια (20ml) πυκνής χλωρίνης ανά λίτρο νερού (αραίωση 1/50). **Προσοχή:** Να μην χρησιμοποιηθεί διάλυμα χλωρίνης μικρότερης αραιώσης καθώς μπορεί να είναι ερεθιστικό για το αναπνευστικό σύστημα κυρίως των παιδιών.
 - Πρέπει να διαβαστούν οι [αναλυτικές οδηγίες](#) στις οποίες περιλαμβάνονται και ενέργειες στην περίπτωση επιβεβαιωμένου κρούσματος.
 - [Διαδικασία καθημερινής καθαριότητας των σχολείων](#)

- Καθημερινός Ψεκασμός στα πατάκια εισόδων για απολύμανση **κάθε πρωί και πριν την άφιξη μαθητών**.
- Με την έναρξη κάθε διδακτικής ώρας πλην της 1^{ης}, το προσωπικό καθαριότητας ψεκάζει τις τουαλέτες με χλωρίνη και ξεπλένει με το νερό. (15 λεπτά) – στεγνώνει το δάπεδο με σκούπα-σφουγγάρι. Κατά την υπόλοιπη διάρκεια της διδακτικής ώρας καθαρίζονται: πόμολα, διακόπτες, παγκάκια, κουπαστή, έδρες εισόδου που υπάρχουν στους διαδρόμους και στην κεντρική είσοδο (κουπαστή σκάλας).
- Στα διαλείμματα το προσωπικό καθαριότητας εισέρχεται στις αίθουσες διδασκαλίας και καθαρίζει θρανία, καθίσματα, έδρες, πόμολα, διακόπτες, υπολογιστή αίθουσας. Το πρόγραμμα που ακολουθείται είναι:
 - 2^ο διάλειμμα: Α1, Α2, Α3, Α4, Α5
 - 3^ο διάλειμμα: Β1, Β4, Β5, Γ1, Γ3
 - 4^ο διάλειμμα: Β2, Β3, Γ2, Γ4, Γ5
- Το προσωπικό καθαριότητας κατά τη διάρκεια των εργασιών του θα πρέπει να χρησιμοποιεί τον κατάλληλο προστατευτικό εξοπλισμό που περιλαμβάνει προστατευτική **μάσκα**, κατά προτίμηση χειρουργική, προστατευτικά **γάντια** μιας χρήσης και **στολή** εργασίας με πλαστική ποδιά μιας χρήσης. Αμέσως μετά την αφαίρεση των γαντιών τα χέρια θα πρέπει να πλένονται πολύ καλά με νερό και σαπούνι ή αλκοολούχο αντισηπτικό διάλυμα (τουλάχιστον 60% αλκοόλη).
- Όλες οι αίθουσες του σχολείου θα πρέπει να αερίζονται πολύ καλά ιδιαίτερα πριν αλλά και κατά την διάρκεια της καθαριότητάς τους.
- Η καθαριότητα των επιφανειών με κοινό απορρυπαντικό ή υγρό σαπούνι προηγείται της χρήσης απολυμαντικών, ιδιαίτερα δε όταν αυτές είναι εμφανώς λερωμένες.
- **Προσοχή:** αν υπάρχουν μοκέτες και άλλα υφάσματα – δεν τινάζονται καθώς υπάρχει κίνδυνος διασποράς του ιού στον αέρα. Με προγραμματισμό σε εβδομαδιαία βάση καθαρίζονται τα καθίσματα που φέρουν ύφασμα.
- Κουρτίνες: σε περίπτωση κρούσματος οι κουρτίνες θα αφαιρεθούν με προσοχή και θα καθαριστούν
- Καθημερινά στη λήξη: Ο καθαρισμός εδρών και καθισμάτων στα γραφεία, στο εργαστήριο Φυσικής και στο εργαστήριο Πληροφορικής γίνεται από το προσωπικό καθαριότητας.
- Καθημερινά στη λήξη: Πλύσιμο με νερό εισόδων σχολείου (σκάλες, κεφαλόσκαλα)
- Καθημερινά στη λήξη: Καθαρισμός τουαλετών (όλες οι επιφάνειες και οι χειρολαβές) με χλωρίνη
- Καθημερινά στη διάρκεια ή στη λήξη: την ώρα που το τμήμα έχει πχ. Γυμναστική στο προαύλιο ή Πληροφορική, μπορούν να σφουγγαριστούν οι αίθουσες. Οι υπόλοιπες σφουγγαρίζονται με τη λήξη του ωραρίου.

Καθαρισμός ασπίδων προσώπου: ο κάθε μαθητής/-τρια, εκπαιδευτικός και προσωπικό καθαριότητας αναλαμβάνει την ευθύνη για το καθαρισμό της ασπίδας προσώπου. Σύμφωνα με τις οδηγίες που διαθέτουμε από το νοσοκομείο που ήδη τις χρησιμοποιεί, ο καθαρισμός γίνεται ως εξής:

- Βύθιση σε καθαρή λεκάνη με σαπουνόνερο για 15-20 λεπτά
- Δεν πρέπει να χρησιμοποιηθεί χλωρίνη διότι θα θολώσει την διαφάνεια της ασπίδας
- Μετά το 15λεπτο, η ασπίδα ξεπλένεται με καθαρό, τρεχούμενο νερό
- Αφήνετε την ασπίδα να στεγνώσει σε όρθια θέση σε καθαρό περιβάλλον (μία άλλη λεκάνη)
- Όταν στεγνώσει την τοποθετείτε σε μία καθαρή σακούλα

Υποστήριξη

Για περισσότερες πληροφορίες, υποστήριξη ή παρέμβαση μπορείτε να απευθυνθείτε στην ειδική ομάδα επιστημόνων του ΕΟΔΥ:

- Για ιατρική υποστήριξη και παρέμβαση: 210 5212054, 210 5212056, 210 5212058
- Για ψυχολογική υποστήριξη και παρέμβαση: 2152156060