

# 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, ενημερωτικό υλικό και βίντεο:

<https://mathainoumeasfaleis.gov.gr/schetika/>

<https://mathainoumeasfaleis.gov.gr/odigies/>

[Οδηγίες ΕΟΔΥ για μαθητές](#)

[Οδηγίες ΕΟΔΥ για εκπαιδευτικούς](#)

[Οδηγίες ΕΟΔΥ για γονείς](#)

[Εγκύκλιος ΥΠΑΙΘ Οδηγίες έναρξης διδακτικού έτους 2020-2021 \(Γυμνάσια-Λύκεια\) - 11/09/2020](#)

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

βίντεο [Υγιεινή των χεριών](#)

Αφίσες για την ορθή χρήση της μάσκας:

Χρήση μάσκας σε [βίντεο](#)

### 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 υγείας)
- 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
- Απομάκρυνση των σφουγγαριών πίνακα από τις αίθουσες
- Τοποθέτηση χειροπετσέτων ζικ-ζαγκ σε κάθε αίθουσα (αντί σφουγγαριού)
- Πατάκια με απολυμαντικό στις εισόδους
- Οινόπνευμα, διαφανής μεμβράνη, απολυμαντικό και χειροπετσέτες ζικ-ζαγκ στο εργαστήριο πληροφορικής
- Τοποθέτηση χειροπετσέτων ζικ-ζαγκ στις τουαλέτες αντί για χαρτί υγείας
- Παραλαβή υλικών καθαρισμού από τους υπεύθυνους τμημάτων εφάπαξ **πριν την έναρξη των μαθημάτων**

## Γενικές ενέργειες οργάνωσης μαθητικού δυναμικού και των χώρων του σχολείου

Αραιώση θρανίων εντός των αιθουσών ώστε να υφίσταται περιμετρικά κάθε θρανίου η μέγιστη δυνατή απόσταση μεταξύ θρανίων.

Οι μαθητές θα τοποθετηθούν κατά αλφαβητική σειρά και θα παραμείνουν έτσι.

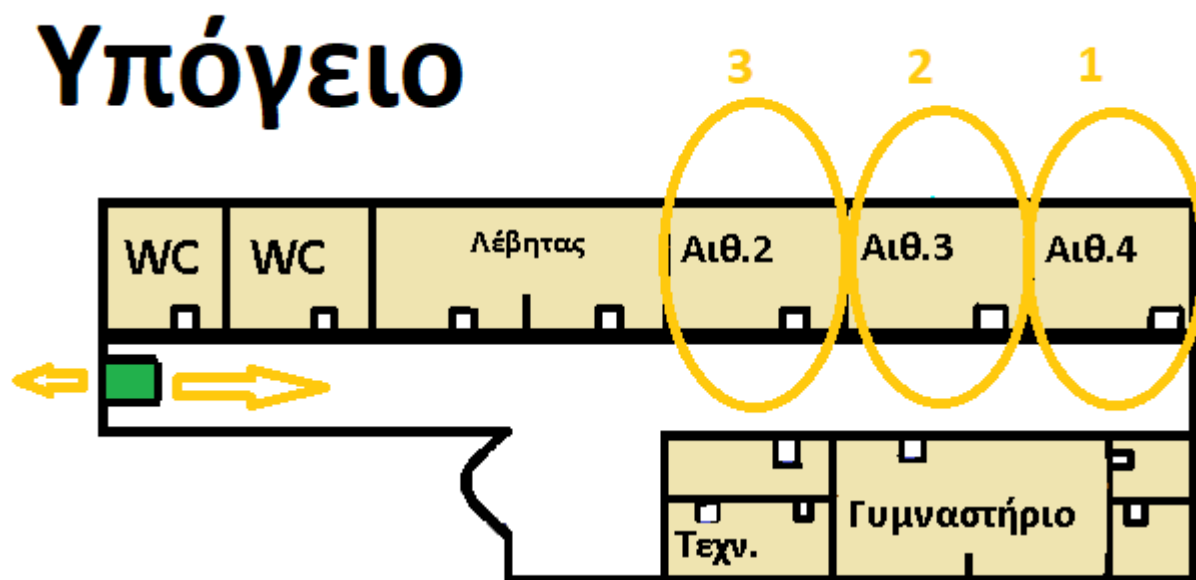
Αλλαγές στη χρήση αιθουσών, γραφείων, εργαστηρίων:

- Όχι χρήση των αιθουσών Τεχνολογίας, Εργαστηρίου Φυσικής, Γυμναστηρίου, αίθ.ΣΕΠ, αμφιθεάτρου.
- Η Τάξη Υποδοχής 7 ατόμων θα λειτουργήσει στην αίθουσα δίπλα στο αμφιθέατρο. Η τάξη υποδοχής 9 ατόμων θα λειτουργήσει στο Γυμναστήριο
- Αντί της αίθουσας ΣΕΠ θα γίνεται χρήση της βιβλιοθήκης για τις ώρες μικτών τμημάτων Γαλλικών-Γερμανικών
- Το μάθημα της γυμναστικής όταν ο καιρός δεν επιτρέπει να γίνει στο προαύλιο, θα γίνεται στην αίθουσα εκδηλώσεων.
- Δημιουργείται μικρό προσωρινό εργαστήριο Πληροφορικής στην είσοδο της αίθουσας εκδηλώσεων σε σχήμα Γ
- Γραφεία εκπαιδευτικών:
  - Α) το υπάρχον γραφείο με 16 εκπαιδευτικούς
  - Β) το εργαστήριο Φυσικών επιστημών με 13 εκπαιδευτικούς
  - Γ) η αίθ.Γραμματείας (μικρό γραφείο εκπαιδευτικών) με 2 εκπαιδευτικούς
- Το κουβούκλιο δεξιά της κεντρικής εισόδου, καθορίζεται ως ο ειδικός χώρος απομόνωσης 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. Ο καθαρισμός του μετά από επίσκεψη ατόμου με συμπτώματα σε αυτόν, γίνεται μόνο με χρήση στολής, μάσκας και προσωπίδας.
- Τα φαρμακεία πρώτων βοηθειών μεταφέρονται στο ερμάριο που βρίσκεται στον κεντρικό διάδρομο του ισόγειου.

- Αποφεύγονται το δυνατόν οι επισκέψεις τρίτων ατόμων στο σχολείο, ενώ όσοι επισκέπτονται το σχολείο φορούν υποχρεωτικά μάσκα.
- Δεν επιτρέπεται η χρήση των κλιματιστικών στα γραφεία.

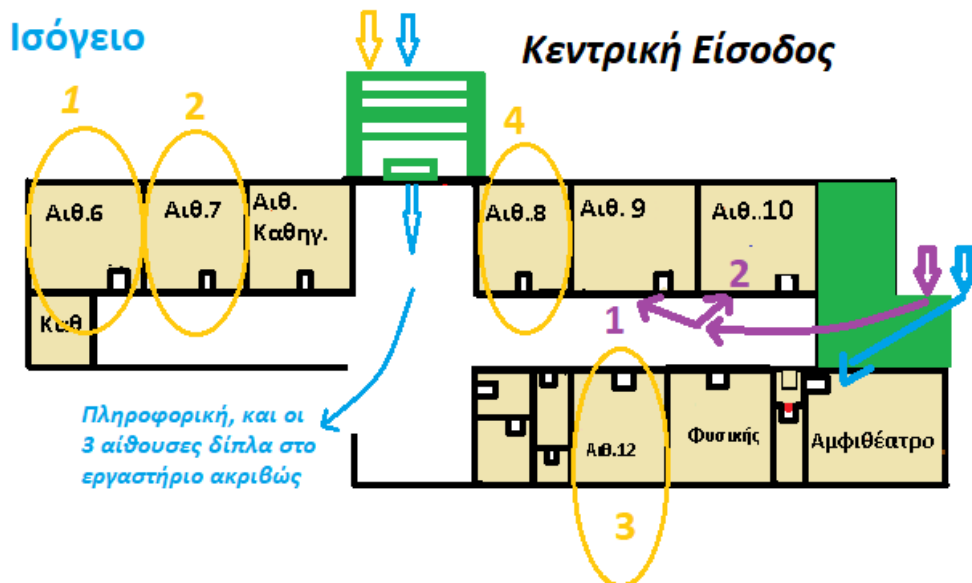
Είσοδος και έξοδος από το κτίριο:

- 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: **A1, A2, A3**



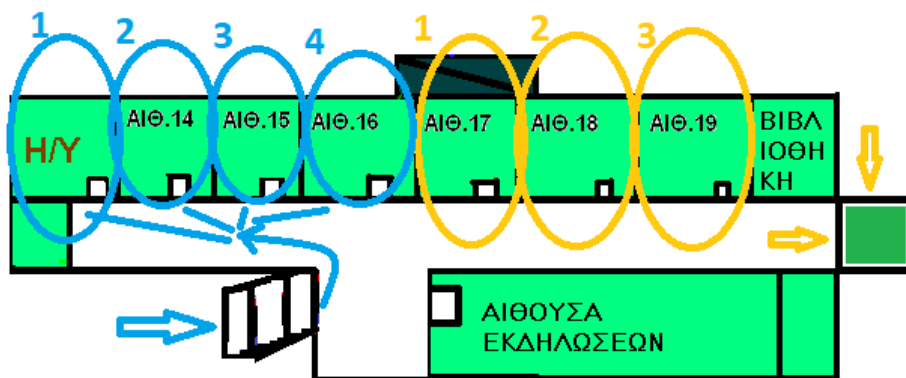
## Είσοδος σύμφωνα με τους αριθμούς και Έξοδος αντίστροφα

- Από την πόρτα της Κεντρικής εισόδου εισέρχονται με την ακόλουθη σειρά οι μαθητές και μαθήτριες των τμημάτων: **Γ4, Γ5, Γ1, Β1** και αμέσως μετά οι μαθητές των τμημάτων που προορίζονται για τον πάνω όροφο: **Πληροφορική, Α4, Α5**



### Είσοδος σύμφωνα με τους αριθμούς και Έξοδος αντίστροφα

- Από την Πλαϊνή είσοδο του ισόγειου, εισέρχονται με την ακόλουθη σειρά οι μαθητές και μαθήτριες των τμημάτων Γ2, Γ3, Β2
- Από την πόρτα του Πάνω ορόφου (μεταλλική σκάλα) εισέρχονται με την ακόλουθη σειρά οι μαθητές και μαθήτριες που προορίζονται για τους χώρους: Β3, Β4, Β5



### Είσοδος σύμφωνα με τους αριθμούς και Έξοδος αντίστροφα

## 1ος Όροφος

- Η πυράντοχη πόρτα στο διάδρομο του ισόγειου που οδηγεί στο αμφιθέατρο τηρείται διαρκώς ανοικτή. Η εσωτερική πόρτα του αμφιθεάτρου τηρείται διαρκώς κλειδωμένη.

Τα παράθυρα των αιθουσών παραμένουν ανοικτά κατά τη διάρκεια του μαθήματος εφόσον το επιτρέπουν οι καιρικές συνθήκες. Διαφορετικά γίνεται αερισμός κατά τη διάρκεια του διαλείμματος και κατά την έναρξη της επόμενης ώρας.

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 στα γραφεία καθηγητών.

Κανένας μαθητής ή εκπαιδευτικός δεν εισέρχεται στο γραφείο των υποδ/ντών και της Δ/ντριας πέραν των ιδίων, παρά μόνο όταν αυτό είναι πραγματικά αναγκαίο.

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 τμήματα.
- Οι εκπαιδευτικοί εποπτεύουν τους μαθητές ώστε να τηρούνται οι απαιτούμενες αποστάσεις μεταξύ των μαθητών. Σε περιπτώσεις συνωστισμού σε εξωτερικό χώρο απαιτούν από τους μαθητές να φοράνε μάσκα.
- Κατά την είσοδο των μαθητών στο κτίριο, οι εφημερεύοντες εκπαιδευτικοί, εποπτεύουν ως ακολούθως: **Ο εκπ/κός που εφημερεύει στις βρύσες της αυλής, εποπτεύει την είσοδο από το Υπόγειο. Ο εκπ/κός που εφημερεύει στο κυλικείο, εποπτεύει την είσοδο από την πλαϊνή σιδερένια είσοδο του άνω ορόφου. Ο εκπ/κός που εφημερεύει στην πίσω αυλή (πλευρά 21<sup>ης</sup> Ιουνίου), εποπτεύει την είσοδο των μαθητών από την πλαϊνή είσοδο του ισογείου. Οι εκπ/κοί που έχουν εφημερία στην αυλή, εποπτεύουν την είσοδο από την κεντρική πόρτα.**
- Οι τάξεις στο προαύλιο επιτρέπεται να διαμοιράζονται ως εξής στα διαμερίσματα της αυλής:



- 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.

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:

- Είναι υποχρεωτική η χρήση μη ιατρικής προστατευτικής μάσκας από εκπαιδευτικούς και μαθητές με την προϋπόθεση τήρησης των όρων σωστής χρήσης της (βλ. σχετικές οδηγίες/[βίντεο](#)). Το ίδιο ισχύει και για οποιονδήποτε τρίτο επισκέπτεται το σχολείο.
- Τηρούμε πιστά τις οδηγίες για τη μάσκα.
- Το σχολείο παρέχει ατομική διαφανή ασπίδα προσώπου σε κάθε μαθητή, εκπαιδευτικό και το προσωπικό καθαριότητας. 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.
- Ειδικά για τους μαθητές: διαβάζουμε την ενότητα Μαθητές παρακάτω

## Εκπαιδευτικοί

Διαρκής εποπτεία και άμεση διορθωτική επέμβαση ώστε να διατηρείται η αρχική αραίωση θρανίων εντός των αιθουσών και η αλφαβητική θέση των μαθητών.

Φυλάω κάθε μάσκα χωριστά σε καθαρό σακουλάκι πριν τη φορέσω.

Έχω πάντα μαζί μου στο σχολείο τουλάχιστον 2 μάσκες. (σε ξεχωριστά σακουλάκια η κάθε μία)

Φορώ μάσκα σε εσωτερικούς χώρους και σε εξωτερικούς όταν υπάρχει συνωστισμός.

Δεν αφήνουμε τη μάσκα σε επιφάνειες (θρανία, καρέκλες, τραπεζάκια, αυλή, πάνω στην τσάντα, στα παγκάκια του διαδρόμου) γιατί η μάσκα επιμολύνεται και ταυτόχρονα μολύνει τις επιφάνειες! Η μάσκα αφαιρείται με καθαρά χέρια και τοποθετείτε μέσα σε δικό της σακουλάκι (πχ.τροφίμων).

Πώς επιτρέπεται να βγάλω τη μάσκα: Αφαιρώ τη μάσκα από το πρόσωπο πάντα τραβώντας ταυτόχρονα και τα δύο λαστιχάκια, την κρατώ από τα λαστιχάκια και τη διπλώνω με την εσωτερική πλευρά προς τα μέσα. Την τοποθετώ κρατώντας την από το ένα λάστιχο μέσα στο δικό της σακουλάκι. **Δεν υπάρχει κανένας άλλος τρόπος σωστός για να βγάλω τη μάσκα!** Μετά την τοποθέτηση της μάσκας μέσα στο σακουλάκι, ξανακαθαρίζω τα χέρια μου.

Δεν επιτρέπεται:

Να κατεβάζουμε τη μάσκα για να μιλήσουμε

Να κατεβάζουμε τη μάσκα σε εξωτερικούς χώρους όταν η απόσταση είναι μικρότερη του 1,5 μέτρου

Να αγγίζω το μπροστινό μέρος της μάσκας

Να αφήνω τη μάσκα να κατεβαίνει κάτω από τη μύτη μου

Να κατεβάζω τη μάσκα στο πηγούνι μου

Να συνεχίζω να τη φοράω ενώ είναι υγρή

Να φοράω μάσκα βρώμικη ή με φθορές

**Να χρησιμοποιώ το ίδιο σακουλάκι για διαφορετικές μάσκες.**

**Η μάσκα είναι το πιο προσωπικό μου αντικείμενο και δεν τη δίνω σε κανέναν.**

**Πώς πετάω τη μάσκα: κάνω τα ίδια με όταν θέλω να την βγάλω και την πετάω μαζί με το σακουλάκι στον πράσινο κάδο και ποτέ σε κάδο ανακύκλωσης και σε κάδο χωρίς καπάκι.**

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 (ακόμη και για τα κλειδιά αιθουσών), πρέπει να προηγηθεί και να ακολουθήσει καθαρισμός των χεριών.

Όταν είναι εφικτό, αποφεύγεται η ανταλλαγή εγγράφων, βιβλίων, τετραδίων μεταξύ των εκπαιδευτικών και μεταξύ εκπαιδευτικών-μαθητών. Εναλλακτικά, χρησιμοποιούμε τις δυνατότητες της τεχνολογίας.

Στα γραφεία και στις αίθουσες διδασκαλίας, πριν τη χρήση του φωτοτυπικού, υπολογιστή, τηλεχειριστηρίου, ποντικιού ο κάθε εκπαιδευτικός καθαρίζει τα χέρια του τόσο πριν όσο και μετά τη χρήση.

Τα απουσιολόγια και βιβλία ύλης έχουν μεταφερθεί στις δύο πράσινες κεντρικές έδρες. Δεν παραλαμβάνονται από μαθητές. **Τα διαχειρίζονται αποκλειστικά οι εκπαιδευτικοί.** Παραλαμβάνονται το πρωί από τον πρώτο διδάσκοντα, παραμένουν στην αίθουσα και επιστρέφονται από τον εκπαιδευτικό της τελευταίας διδακτικής ώρας. Μαζί με το απουσιολόγιο τηρείται το αντισηπτικό της αίθουσας. Ελλείψεις σε αντισηπτικό, σαπουνόνερο και χειροπετσέτες ζιγκ-ζαγκ εντοπίζονται και φροντίζονται πριν την έναρξη της ημέρας.

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 υπεύθυνοι καθηγητές τμημάτων παρακολουθούν καθημερινά τους απόντες μαθητές και ενημερώνουν τη διεύθυνση του σχολείου σε περίπτωση που παρατηρείται αύξηση των απόντων.

Οι εκπαιδευτικοί εποπτεύουν τους μαθητές ώστε να τηρούνται οι απαιτούμενες αποστάσεις μεταξύ των μαθητών. Σε περιπτώσεις συνωστισμού σε εξωτερικό χώρο απαιτούν από τους μαθητές να φοράνε μάσκα.

Κατά την είσοδο των μαθητών στην αίθουσα, **ο εκπαιδευτικός εποπτεύει τους μαθητές ώστε να βάλουν αντισηπτικό στα χέρια τους.** Ακολουθεί σύντομος καθαρισμός των επιφανειών της αίθουσας (κάθε μαθητής το θρανίο του) όταν απαιτείται από τις συνθήκες.

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

Οι εκπαιδευτικοί έχουν μελετήσει και εξοικειωθεί με το παρόν υλικό ώστε τις πρώτες ώρες της διδακτικής ημέρας στην αρχή της χρονιάς να παρουσιάσουν στους μαθητές και να συζητήσουν μαζί τους: μέρη του παρόντος υλικού (ενότητα Μαθητές και γενικές οδηγίες).

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



Ειδικές οδηγίες για τους εκπαιδευτικούς και το **μάθημα της Φυσικής Αγωγής**: Ακολουθούμε τους κανονισμούς και οδηγίες του ΥΠΑΙΘ ως προς τον καθημερινό καθαρισμό των αντικειμένων.

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 στο πέρας της ημέρας. Συστήνεται η μεσολάβηση αερισμού για ένα τέταρτο (1/4) της ώρας και σχολαστικός καθαρισμός του χρησιμοποιούμενου εξοπλισμού/επιφανειών μετά από κάθε χρήση, πριν εισέλθουν οι μαθητές.  
Αρχεία μελέτης για τον εκπαιδευτικό:

[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

Όταν προκύπτει ανάγκη, στην έναρξη κάθε ώρας διδασκαλίας, καθαρίζεις με απλό σαπουνόνερο το θρανίο σου. Εάν το θρανίο μας δεν είναι καθαρό, το καθαρίζουμε σχολαστικά.

Φυλάω κάθε μάσκα χωριστά σε καθαρό σακουλάκι πριν τη φορέσω.

Έχω πάντα μαζί μου στο σχολείο τουλάχιστον 2 μάσκες. (σε ξεχωριστά σακουλάκια η κάθε μία)

Φορώ μάσκα σε εσωτερικούς χώρους και σε εξωτερικούς όταν υπάρχει συνωστισμός.

Δεν αφήνουμε τη μάσκα σε επιφάνειες (θρανία, καρέκλες, τραπεζάκια, αυλή, πάνω στην τσάντα, στα παγκάκια του διαδρόμου) γιατί η μάσκα επιμολύνεται και ταυτόχρονα μολύνει τις επιφάνειες! Η μάσκα αφαιρείται με καθαρά χέρια και τοποθετείτε μέσα σε δικό της σακουλάκι (πχ.τροφίμων).

Πώς επιτρέπεται να βγάλω τη μάσκα: Αφαιρώ τη μάσκα από το πρόσωπο πάντα τραβώντας ταυτόχρονα και τα δύο λαστιχάκια, την κρατώ από τα λαστιχάκια και τη διπλώνω με την εσωτερική πλευρά προς τα μέσα. Την τοποθετώ κρατώντας την από το ένα λάστιχο μέσα στο δικό της σακουλάκι. **Δεν υπάρχει κανένας άλλος τρόπος σωστός για να βγάλω τη μάσκα!** Μετά την τοποθέτηση της μάσκας μέσα στο σακουλάκι, ξανακαθαρίζω τα χέρια μου.

Δεν επιτρέπεται:

Να κατεβάζουμε τη μάσκα για να μιλήσουμε

Να κατεβάζουμε τη μάσκα σε εξωτερικούς χώρους όταν η απόσταση είναι μικρότερη του 1,5 μέτρου

Να αγγίζω το μπροστινό μέρος της μάσκας

Να αφήνω τη μάσκα να κατεβαίνει κάτω από τη μύτη μου

Να κατεβάζω τη μάσκα στο πηγούνι μου

Να συνεχίζω να τη φοράω ενώ είναι υγρή

Να φοράω μάσκα βρώμικη ή με φθορές

Να χρησιμοποιώ το ίδιο σακουλάκι για διαφορετικές μάσκες.

Η μάσκα είναι το πιο προσωπικό μου αντικείμενο και δεν τη δίνω σε κανέναν.

**Πώς πετάω τη μάσκα: κάνω τα ίδια με όταν θέλω να την βγάλω και την πετάω μαζί με το σακουλάκι στον πράσινο κάδο και ποτέ σε κάδο ανακύκλωσης και σε κάδο χωρίς καπάκι.**

Φτάνοντας στο σχολείο το πρωί: καθαρίζεις τα χέρια σου με αντισηπτικό και φοράς τη μάσκα σου πριν εισέλθεις στο προαύλιο.

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.

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.

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!

Όταν πηγαίνουμε στο κυλικείο, στεκόμαστε στις μωβ γραμμές ώστε να τηρούνται οι αποστάσεις.

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

## Γονείς

Παρακαλούμε τους γονείς να διαβάσουν όλον τον οδηγό και ειδικά την ενότητα που αφορά στους μαθητές.

Παρακαλείστε οι γονείς να κρατάτε τα παιδιά σας στο σπίτι αν νιώθουν άρρωστα. Σε αυτήν την περίπτωση επικοινωνήστε άμεσα με το γιατρό σας και ενημερώστε το σχολείο.

[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.
  - Βοηθούν με σύντομο καθαρισμό των επιφανειών της τάξης τους, όταν αυτό είναι αναγκαίο λόγω συνθηκών.
  - 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 χεριών πριν και μετά τη χρήση φωτοτυπικών, υπολογιστών, τηλεχειριστηρίων και κάθε κοινόχρηστου αντικειμένου.

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 (Οι παράγραφοι αυτές αφορούν στην περίπτωση κατά την οποία θα τοποθετηθεί από το Δήμο και 2<sup>ο</sup> άτομο υπεύθυνο για την καθαριότητα του σχολείου)**
  - Καθημερινός Ψεκασμός στα πατάκια εισόδων για απολύμανση **κάθε πρωί και πριν την άφιξη μαθητών.**
  - Με την έναρξη κάθε διδακτικής ώρας πλην της 1<sup>ης</sup>, 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<sup>ο</sup> διάλειμμα: A1, A2, A3, A4, A5
    - 3<sup>ο</sup> διάλειμμα: B1, B4, B5, Γ1, Γ3
    - 4<sup>ο</sup> διάλειμμα: B2, B3, 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