

2<sup>η</sup> ΔΥΠΕ ΠΕΙΡΑΙΩΣ ΚΑΙ ΑΙΓΑΙΟΥ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΔΙΚΤΥΟ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

Μαθαίνουμε να μένουμε ΑΣΦΑΛΕΙΣ !





## ΣΚΟΠΟΣ

**Ενημέρωση και ευαισθητοποίηση για  
την μείωση της μετάδοσης και  
διαποράς του Covid 19**





# Περιεχόμενα

- Πανδημία Covid 19
- Ορθή χρήση της μάσκας
- Βήματα εφαρμογής της - επίδειξη
- Τήρηση των κανόνων υγιεινής
- Τήρηση φυσικών αποστάσεων
- Αρχές διαχείρισης ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες
- Συζήτηση - ερωτήσεις





# COVID-19 Dashboard by the Center for Systems Science and Engineering (CSSE)

Global Cases

**30.826.229**

Cases by

Country/Region/Sovereignty

**6.768.997** US

**5.400.619** India

**4.528.240** Brazil

**1.098.958** Russia

**758.398** Colombia

**756.412** Peru

**694.121** Mexico



Cumulative Cases

Active Cases

Incidence Rate

Case-Fatality Ratio


Testing Rate

Admin0

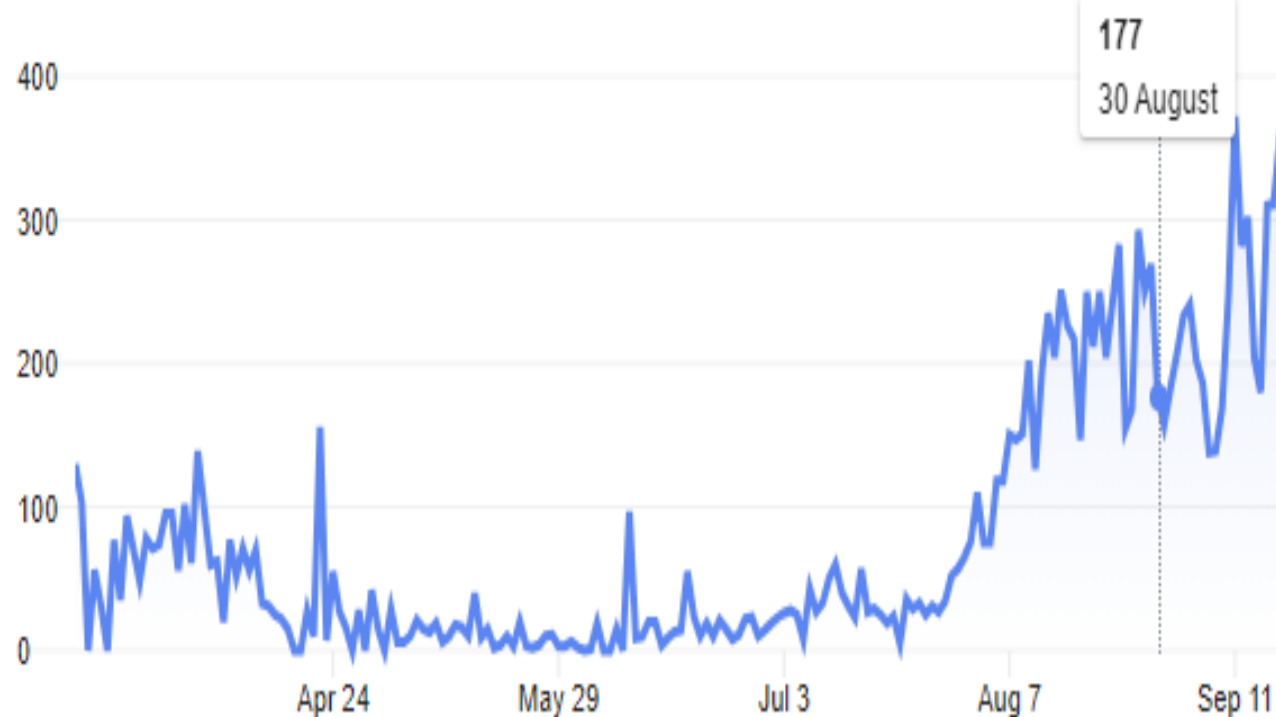
# Statistics

## Daily change

New cases ▾

 Greece ▾

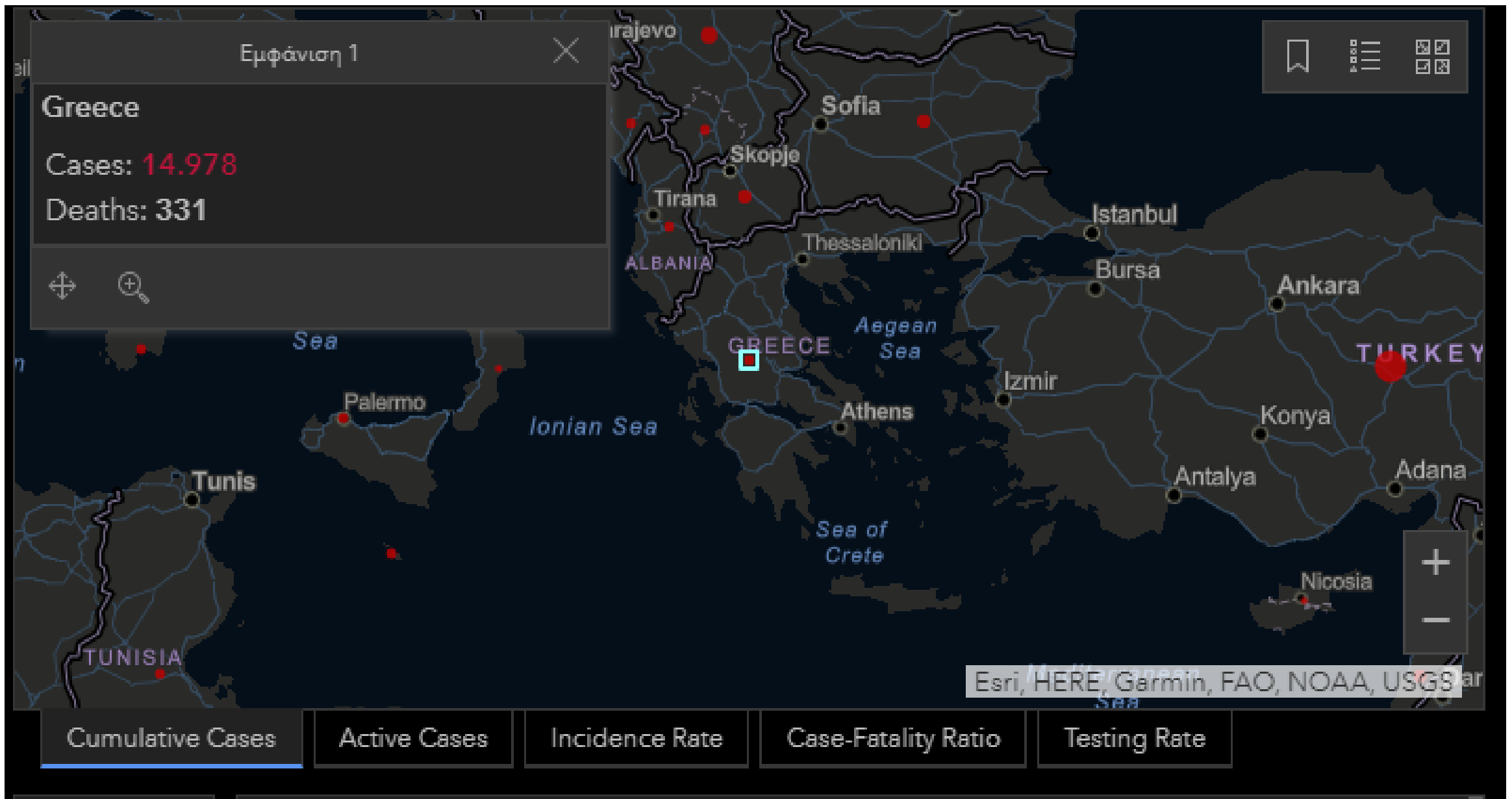
All time ▾



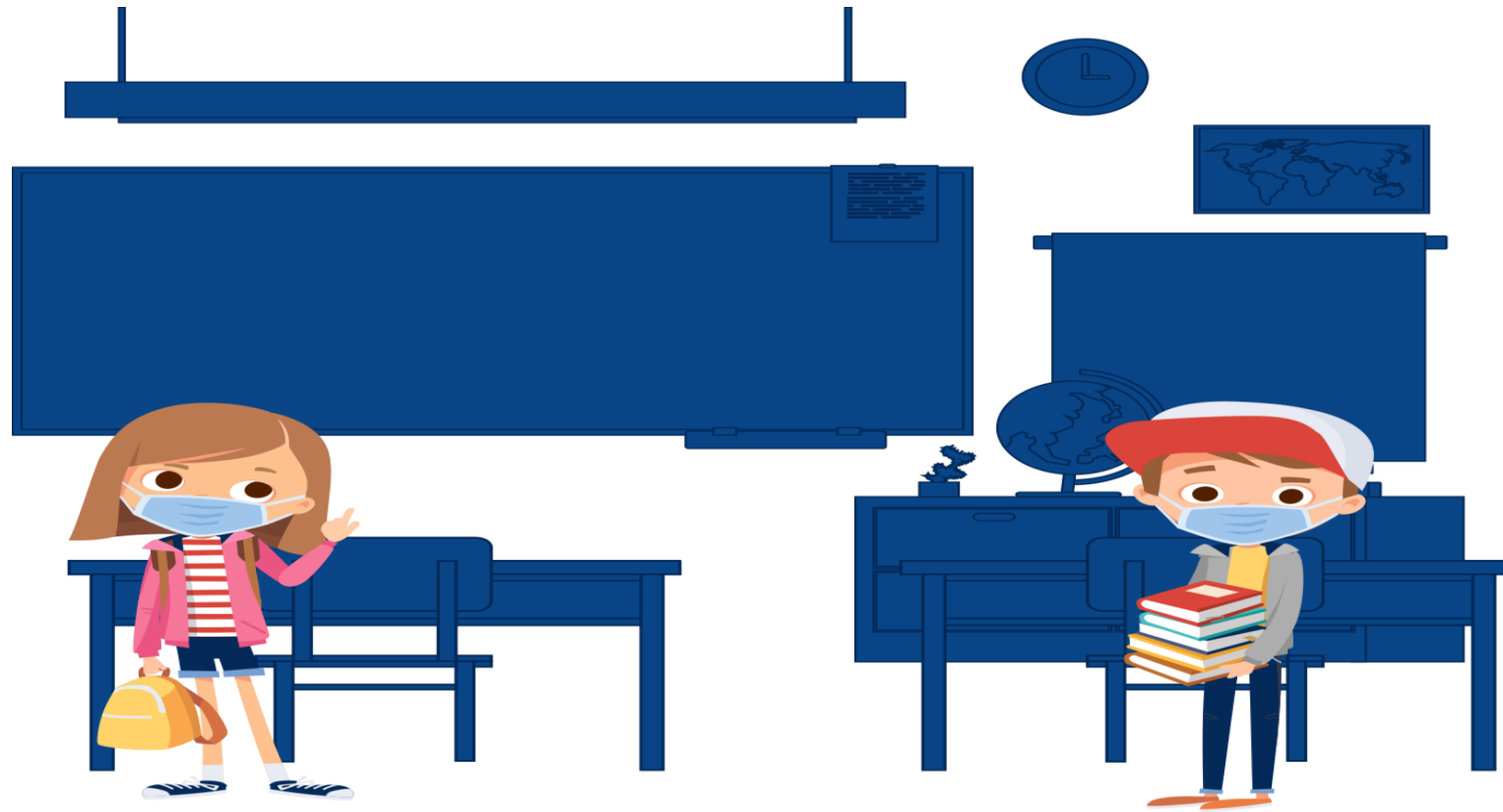
## Map of cases (last 14 days)



Αποτύπωση: 20/9/2020



# Ορθή χρήση της μάσκας στο σχολείο



# Ορθή χρήση της μάσκας



Δεν ξεχνώ τη  
μάσκα μου

Μαθαίνω να τη  
φορώ σωστά

Πλένω τα χέρια  
μου

Τηρώ τις  
αποστάσεις





# Ορθή χρήση της μάσκας



01

02

03

04



1

**ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΑ  
ΧΕΡΙΑ ΜΑΣ ΜΕ  
ΣΑΠΟΥΝΙ ΚΑΙ ΝΕΡΟ,  
Η' ΑΛΚΟΟΛΟΥΧΟ  
ΑΠΟΛΥΜΑΝΤΙΚΟ  
ΧΕΡΙΩΝ, ΠΡΙΝ  
ΑΓΓΙΞΟΥΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ**

# Ορθή χρήση της μάσκας



01

02

03

04



2 ΠΙΑΝΟΥΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΑΠΟ ΤΑ  
ΚΟΡΔΟΝΙΑ ΚΑΙ ΤΑ  
ΠΕΡΝΑΜΕ ΠΙΣΩ ΑΠΟ  
ΤΑ ΑΥΤΙΑ ΜΑΣ

## Ορθή χρήση της μάσκας



01

02

03

04



# Ορθή χρήση της μάσκας



01

02

03

04



**4** ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ ΝΑ  
ΑΚΟΥΜΠΑΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΣΟ  
ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ

# Ορθή χρήση της μάσκας



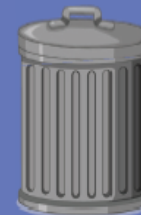
**5**  
**ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ  
ΚΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΗ  
ΜΟΝΟ ΑΠΟ  
ΤΑ ΚΟΡΔΟΝΙΑ**

An illustration of a woman with brown hair removing a light blue surgical mask. She is holding the mask by the white elastic straps. The background is a solid blue color. Below the illustration, the number '5' is written in a large, light blue font, followed by the text 'ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΚΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΜΟΝΟ ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΡΔΟΝΙΑ' in white capital letters.

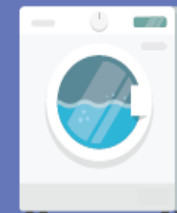
## Ορθή χρήση της μάσκας

05

06



6 ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ  
ΣΕ **ΚΑΔΟ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΩΝ**  
ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ



**ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ**  
**ΣΤΟΥΣ 60°C** ΜΕ  
ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΟ ΚΑΙ ΣΤΗ  
ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΗ ΣΙΔΕΡΩΝΟΥΜΕ  
ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΥΦΑΣΜΑΤΙΝΗ

# Τι ΔΕΝ κάνουμε !!!



01



ΔΕΝ  
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ  
ΣΚΙΣΜΕΝΕΣ  
ΜΑΣΚΕΣ

02



ΔΕΝ ΠΙΑΝΟΥΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΤΑΝ  
ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ

03



ΔΕΝ  
ΚΑΤΕΒΑΖΟΥΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ  
ΣΤΟ ΠΗΓΟΥΝΙ

04



ΔΕ ΦΟΡΑΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ  
ΚΑΤΩ ΑΠΟ  
ΤΗ ΜΥΤΗ

# ΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ !!!



05



ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ  
ΞΑΝΑ ΤΙΣ ΜΑΣΚΕΣ  
ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ

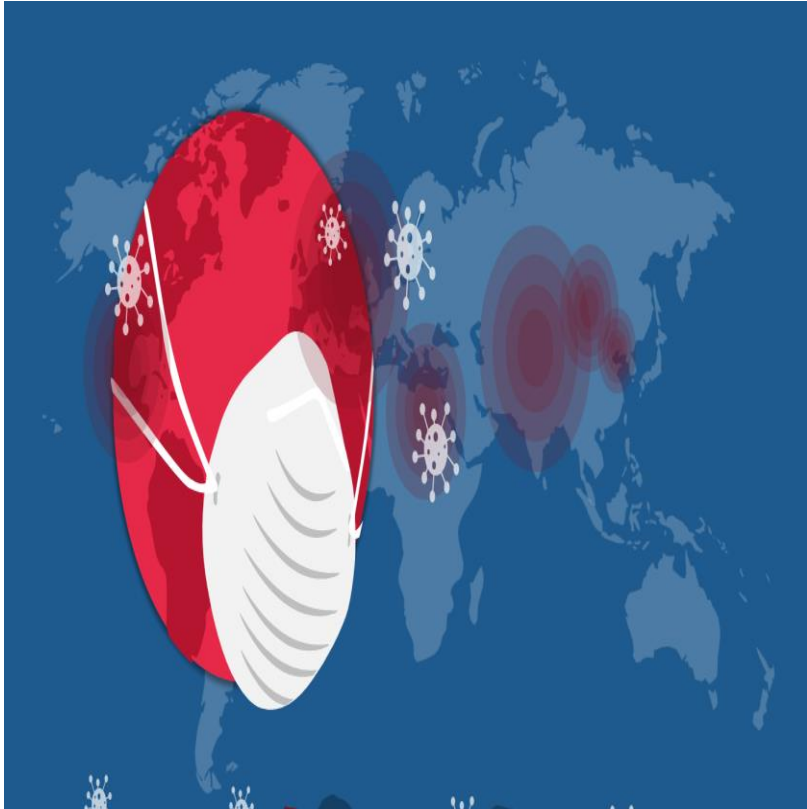


ΔΕΝ ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ  
ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΕ ΚΑΔΟ  
ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ ΑΛΛΑ ΣΕ  
ΚΑΔΟ ΑΠΟΡΡΙΜΜΑΤΩΝ

ΑΓΩΓΗ  ΥΓΕΙΑΣ







**Προσέχουμε επίσης .....**

# Τηρούμε τους κανόνες Υγιεινής

COVID-19



Στους εσωτερικούς χώρους  
του σχολείου

- ✓ αίθουσες
- ✓ διαδρόμους
- ✓ σχολικά

Η χρήση μάσκας  
είναι υποχρεωτική

Πλένουμε συχνά και σχολαστικά τα χέρια μας με  
σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο διάλυμα



# Υγιεινή των χεριών

COVID-19



**0**  
ΒΡΕΞΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΜΕ ΝΕΡΟ



**1**  
ΒΑΛΤΕ ΑΡΚΕΤΟ ΣΑΠΟΥΝΙ



**2**  
ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΠΑΛΑΜΕΣ



**3**  
ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΕΝΔΙΑΜΕΣΑ ΑΠΟ  
ΤΑ ΔΑΚΤΥΛΑ



**4**  
ΕΠΑΝΑΛΑΒΕΤΕ ΑΠΟ ΟΛΕΣ ΤΙΣ  
ΠΛΕΥΡΕΣ ΤΩΝ ΔΑΚΤΥΛΩΝ



**5**  
ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΡΑΧΕΣ ΤΩΝ  
ΔΑΚΤΥΛΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΔΥΟ  
ΧΕΡΙΩΝ



**6**  
ΤΡΙΨΤΕ ΜΕ ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΙΚΕΣ  
ΚΙΝΗΣΕΙΣ ΤΟΥΣ ΑΝΤΙΧΕΙΡΕΣ  
ΜΕ ΤΙΣ ΠΑΛΑΜΕΣ



**7**  
ΤΡΙΨΤΕ ΤΙΣ ΠΑΛΑΜΕΣ ΚΑΙ ΤΑ  
ΜΕΣΟΔΑΚΤΥΛΙΑ  
ΔΙΑΣΤΗΜΑΤΑ



**8**  
ΞΕΠΛΥΝΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΜΕ  
ΝΕΡΟ



**9**  
ΣΤΕΓΝΩΣΤΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΣΕ  
ΧΕΙΡΟΠΕΤΣΕΤΑ

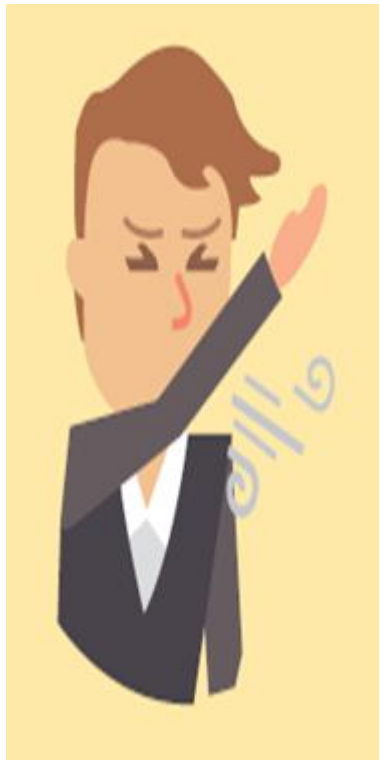


**10**  
ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΕΙΣΤΕ ΤΗ  
ΧΕΙΡΟΠΕΤΣΕΤΑ, ΓΙΑ ΝΑ  
ΚΛΕΙΣΤΕ ΤΗ ΒΡΥΣΗ



**11**  
ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΣΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΛΕΟΝ  
ΚΑΘΑΡΑ!

# Τηρούμε τους κανόνες Υγιεινής



Όταν βήχουμε ή φταρνιζόμαστε,  
**καλύπτουμε** το στόμα και τη μύτη μας με  
τον αγκώνα ή ένα χαρτομάντηλο και  
πλένουμε αμέσως μετά τα χέρια μας



# Τηρούμε τους κανόνες Υγιεινής



Απορρίπτουμε το χαρτομάντηλο, αμέσως  
μετά τη χρήση, σε κλειστό κάδο



# Τηρούμε τους κανόνες Υγιεινής

COVID-19



Βήχας



Πυρετός



Δυσκολία στην  
αναπνοή



Πονόλαιμος



**Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές** όταν παρουσιάζουμε συμπτώματα κρυολογήματος (όπως βήχα, πυρετό, καταρροή, πονόλαιμο). Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές με άτομα που παρουσιάζουν αυτά τα συμπτώματα.

# Τηρούμε τους κανόνες Υγιεινής



Πλένουμε τα χέρια μας, όταν μαγειρεύουμε,  
όταν φροντίζουμε ασθενείς, όταν ερχόμαστε σε  
επαφή με ζώα



# Τηρούμε τις φυσικές αποστάσεις

COVID-19

COVID-19  
PANDEMIC

Απόσταση

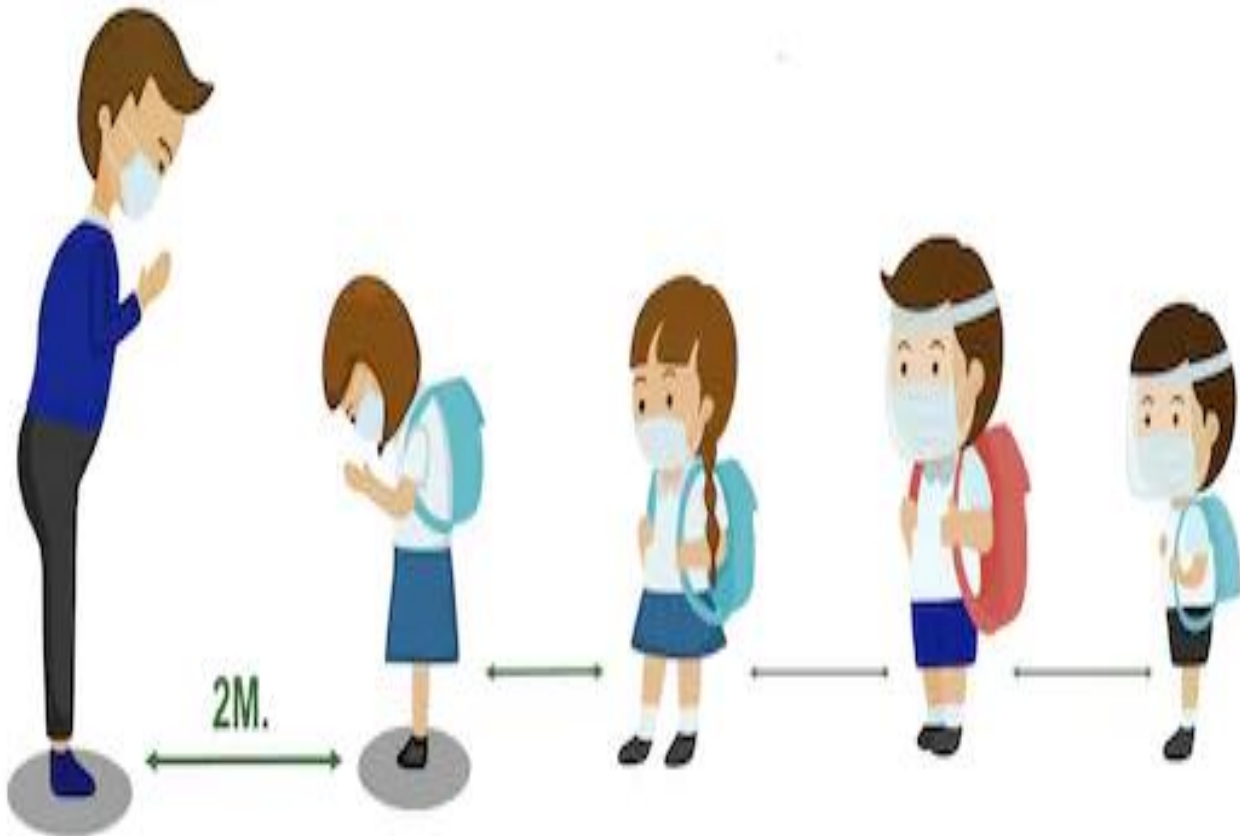
2m





# Τηρούμε τις φυσικές αποστάσεις

COVID-19



.....και στο σχολείο !



.....και στο παιχνίδι !

### Συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19

Τα συχνότερα συμπτώματα της λοίμωξης COVID-19 στα παιδιά είναι:

- πυρετός
- βήχας

Άλλα συμπτώματα που μπορεί να εμφανιστούν είναι:

- δυσκολία στην αναπνοή, δύσπνοια
- μυαλγίες
- ρίγος
- πονοκέφαλος
- καταβολή δυνάμεων
- δυσκαταποσία
- απώλεια γεύσης ή/και οσμής
- ναυτία / έμετος
- κοιλιακός πόνος, διαρροϊκές κενώσεις

## Διαχείριση παιδιού που εμφανίζει συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19

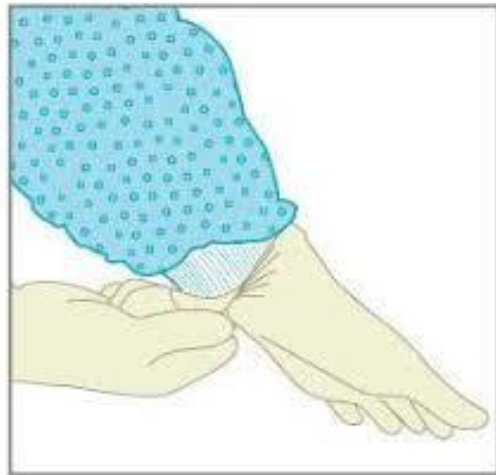
**Εάν ένας μαθητής εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19 όταν είναι στο σχολείο, ο Υπεύθυνος COVID-19:**

- Επικοινωνεί με την οικογένεια για παραλαβή του παιδιού
- Απομόνωση του παιδιού σε προκαθορισμένο καλά αεριζόμενο χώρο, με επίβλεψη, μακριά από τα υπόλοιπα παιδιά και εφαρμογή απλής χειρουργικής μάσκας
- Εφαρμογή υγιεινής χεριών και αναπνευστικής υγιεινής από το παιδί και το/τα άτομο/α που το φροντίζουν
- Επιμελής καθαρισμός του χώρου και εφαρμογή απολυμαντικού σε επιφάνειες μετά την αναχώρηση του παιδιού με χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας.

# Αρχές διαχείρισης ύποπτων ή επιβεβαιωμένων περιστατικών λοίμωξης COVID-19 σε σχολικές μονάδες

COVID-19

- Χρήση εξοπλισμού ατομικής προστασίας από το προσωπικό (μάσκα, γάντια, και – σε περίπτωση κινδύνου εκτίναξης βιολογικών υγρών ή αναπνευστικών εκκρίσεων – ποδιά αδιάβροχη και οφθαλμική προστασία με γυαλιά ή ασπίδα προσώπου).



- Εάν ένα μέλος του προσωπικού εμφανίσει συμπτώματα συμβατά με λοίμωξη COVID-19 όταν είναι στο σχολείο, αποχωρεί από αυτό, ενώ αν χρειαστεί να περιμένει στο σχολείο για ένα μικρό χρονικό διάστημα, παραμένει σε απομόνωση στον καθορισμένο χώρο φορώντας απλή χειρουργική μάσκα.





**Εμπιστευόμαστε τους ειδικούς  
και τους επιστήμονες για την  
πληροφόρησή μας**



## ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ

### ΤΙ ΝΑ ΚΑΝΟΥΜΕ








-  ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΑ ΧΕΡΙΑ ΜΑΣ ΜΕ ΣΑΠΟΥΝΙ ΚΑΙ ΝΕΡΟ, ΗΉ ΑΛΚΟΟΛΟΥΧΟ ΑΠΟΥΛΜΑΝΤΙΚΟ ΧΕΡΙΩΝ, ΠΡΙΝ ΑΓΓΕΥΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ
-  ΠΛΑΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΑΠΟ ΤΑ ΚΟΡΑΘΟΝΙΑ ΚΑΙ ΤΑ ΠΕΡΝΑΜΕ ΠΙΣΩ ΔΠΟ ΤΑ ΑΥΤΙΑ ΜΑΣ
-  ΤΡΑΒΑΜΕ ΤΙΣ ΠΛΕΥΡΕΣ ΤΗΣ ΜΑΣΚΑΣ, ΟΣΤΕ ΝΑ ΚΑΛΥΨΕΙ ΤΟ ΚΑΤΩ ΜΕΡΟΣ ΤΟΥ ΣΤΟΜΑΤΟΥ ΜΑΣ ΚΑΙ ΤΗ ΜΥΤΗ ΜΑΣ
-  ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ ΝΑ ΔΙΚΟΥΜΠΛΑΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΣΤΟ ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ
-  ΑΦΑΙΡΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΚΡΑΤΩΝΤΑΣ ΤΗ ΜΟΝΟ ΔΠΟ ΤΑ ΚΟΡΑΘΟΝΙΑ
-  ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΕ ΚΑΔΟ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΩΝ ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ  
 ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΤΟΥΣ 60°C ΜΕ ΑΠΟΡΡΥΠΑΝΤΙΚΟ ΚΑΙ ΣΤΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΤΗ ΣΙΔΕΡΩΝΟΥΜΕ ΑΝ ΕΙΝΑΙ ΥΦΑΣΜΑΤΙΝΗ

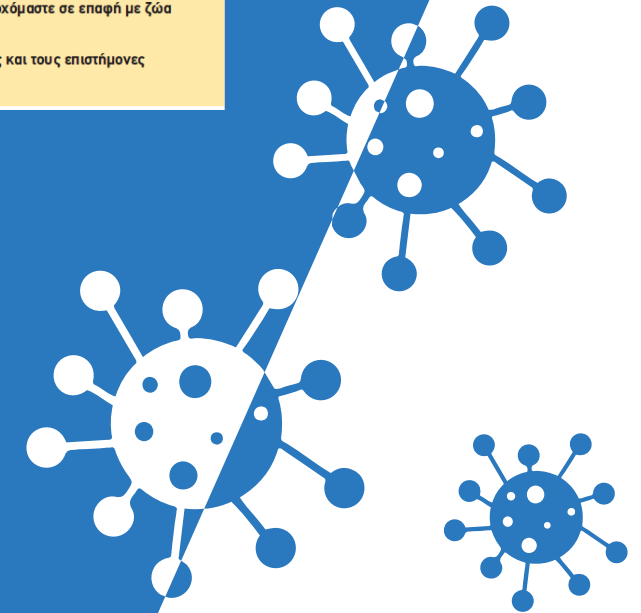
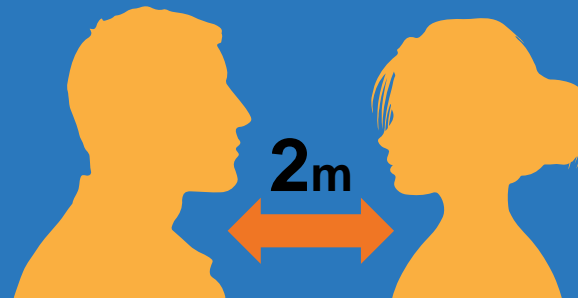
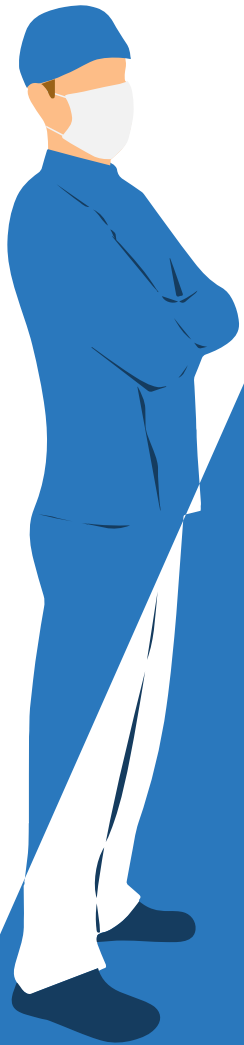
### ΤΙ ΔΕΝ ΚΑΝΟΥΜΕ

-  ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΣΚΙΣΜΕΝΕΣ ΜΑΣΚΕΣ
  -  ΔΕΝ ΠΛΑΝΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΟΤΑΝ ΤΗ ΦΟΡΑΜΕ
  -  ΔΕΝ ΚΑΤΕΒΑΖΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΤΟ ΠΗΘΟΥΝΙ
  -  ΔΕ ΦΟΡΑΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΚΑΤΩ ΔΠΟ ΤΗ ΜΥΤΗ
  -  ΔΕΝ ΑΠΟΡΡΙΠΤΟΥΜΕ ΤΗ ΜΑΣΚΑ ΣΕ ΚΑΔΟ ΑΝΑΚΥΚΛΩΣΗΣ ΑΛΛΑ ΣΕ ΚΑΔΟ ΑΠΟΡΡΙΜΑΤΩΝ
- ΔΕΝ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ ΞΑΝΑ ΤΙΣ ΜΑΣΚΕΣ ΜΙΑΣ ΧΡΗΣΗΣ

## ΤΗΡΟΥΜΕ ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ

### Λήψη μέτρων πρόληψης

-  Πλένουμε συχνά και σχολαστικά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο διάλυμα
-  Όταν βήχουμε ή φαρνιζόμαστε, καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη μας με τον αγκώνα ή ένα χαρτομάντιλο και πλένουμε αμέσως μετά τα χέρια μας
-  Απορρίπτουμε το χαρτομάντιλο, αμέσως μετά τη χρήση, σε κλειστό κάδο
-  Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές όταν παρουσιάζουμε συμπτώματα κρυολογήματος (όπως βήχα, πυρετό, καταρροή, πονόλαιμο) ή με άτομα που παρουσιάζουν αυτά τα συμπτώματα
- Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα πυρετού, βήχα ή δυσκολίας στην αναπνοή, και έχουμε ταξιδιωτικό ιστορικό σε πληττόμενη περιοχή, επικοινωνούμε με το γιατρό μας ή με τον ΕΟΔΥ (Τηλ. 210 5212054 και 1135) και παραμένουμε σπίτι μας
-  Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα κατά τη διάρκεια του ταξιδιού, ενημερώνουμε αμέσως το πλήρωμα και αναζητούμε ιατρική βοήθεια
-  Πλένουμε τα χέρια μας: όταν μαγειρεύουμε, όταν φροντίζουμε ασθενείς, όταν ερχόμαστε σε επαφή με ζώα
-  Εμπιστευόμαστε τους ειδικούς και τους επιστήμονες για την πληροφόρησή μας



2<sup>η</sup> ΔΥΠΕ ΠΕΙΡΑΙΩΣ ΚΑΙ ΑΙΓΑΙΟΥ -  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ  
ΔΙΚΤΥΟ ΑΓΩΓΗΣ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

# Μαθαίνουμε να μένουμε ΑΣΦΑΛΕΙΣ !

