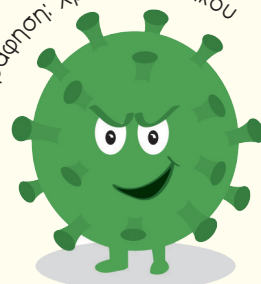


Πώς προστατευόμαστε από τον Κορωνοϊό



ΜΑΡΙΑ ΓΕΛΑΣΤΟΠΟΥΛΟΥ
ΕΡΗ ΠΑΠΑΜΙΧΑΛΟΠΟΥΛΟΥ

Εικονογράφηση: Χριστίνα Αβδίκου



ΣΥΝΤΕΛΕΣΤΕΣ

Συγγραφείς

Μαρία Γελαστοπούλου
Σύμβουλος Α΄ ΙΕΠ

Έρη Παπαμιχαλοπούλου (PhD)
Ειδική Παιδαγωγός

Εικονογράφηση

Χριστίνα Αβδίκου

Γραφιστική επιμέλεια

Δήμητρα Κομνηνού

Η Κοινωνική Ιστορία αναπτύχθηκε από το Ινστιτούτο Εκπαιδευτικής Πολιτικής σε συνεργασία με το ΥΠΑΙΘ για την παροχή προσβάσιμων πληροφοριών για όλους και όλες αναφορικά με τον Κορωνοϊό, σύμφωνα με τις οδηγίες της Γενικής Γραμματείας Πολιτικής Προστασίας.



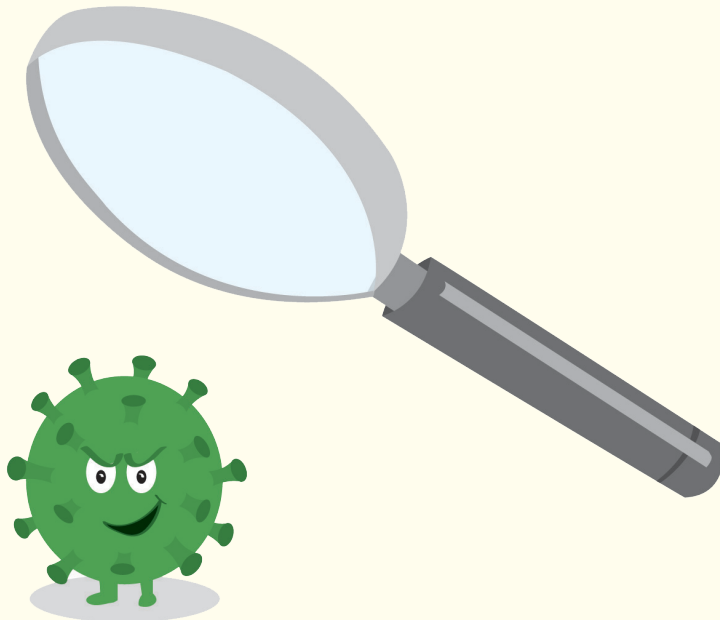
ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ

Ιωάννης Αντωνίου

Πρόεδρος του Ινστιτούτου Εκπαιδευτικής Πολιτικής
Αν. Τσόχα 36, 11521 Αθήνα τηλ.: 213 1335100
Ηλεκτρονικό Ταχυδρομείο: info@iep.edu.gr

Πώς προστατευόμαστε από τον Κορωνοϊό





Ο ιός είναι ένα πολύ μικρό πλασματάκι
που δεν μπορούμε
να το δούμε με τα μάτια μας,
κάτι σαν το μικρόβιο
που μπαίνει στο σώμα μας.
Όταν βρίσκεται μέσα στον οργανισμό μας,
μολύνει όσα περισσότερα κύτταρα
μπορεί και έτσι αρρωσταίνουμε.
Υπάρχουν πολλά είδη ιών.
Ένα από αυτά ονομάζεται Κορωνοϊός.



Όταν ένας άνθρωπος
μολυνθεί από τον Κορωνοϊό,
μπορεί να τον μεταδώσει σε κάποιον άλλον
και εκείνος με τη σειρά του στον επόμενο
και έτσι μπορεί να μεταφερθεί
σε πάρα πολλά άτομα.

Όταν τα άτομα που έχουν μολυνθεί
είναι πάρα πολλά,
τότε λέμε ότι έχουμε πανδημία.
Η πανδημία μπορεί να γίνει επικίνδυνη.

Ο Κορωνοϊός μεταδίδεται
από άνθρωπο σε άνθρωπο πολύ εύκολα
και γρήγορα, όταν κάποιος που έχει μολυνθεί:

- έρχεται πολύ κοντά
με κάποιον άλλον
χωρίς να φοράει μάσκα

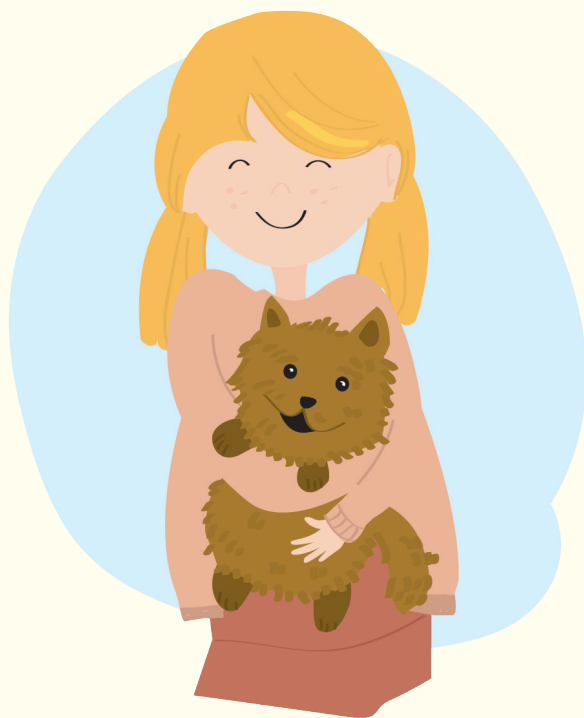


- βήχει ή φτερνίζεται
χωρίς να καλύπτει
το στόμα
και τη μύτη του



- αγγίζει κάποιον άλλον και
έρχεται πολύ κοντά του





Τα κατοικίδια ζώα,
όπως η γάτα και ο σκύλος,
δεν μεταδίδουν τον Κορωνοϊό
στον άνθρωπο.

Όταν ένας άνθρωπος μολυνθεί από τον Κορωνοϊό, μπορεί να έχει μερικά συμπτώματα, όπως:

- πυρετό



- βήχα



- πόνο στο λαιμό



- δυσκολία στην αναπνοή



- πόνο σε μερικά σημεία του σώματος, όπως οι αρθρώσεις



Προστατεύουμε
τους ανθρώπους
που ανήκουν
σε ομάδες
υψηλού κινδύνου!

Ο Κορωνοϊός μερικές φορές
μπορεί να μας κάνει
να αρρωστήσουμε σοβαρά
και να χρειαστεί να πάμε στο νοσοκομείο.



Η μόλυνση από τον Κορωνοϊό μπορεί να γίνει
πιο επικίνδυνη για κάποιους ανθρώπους που:

- έχουν ασθένειες, οι οποίες προκαλούν
δυσκολία στην αναπνοή
ή άλλες σοβαρές ασθένειες
- είναι μεγάλοι σε ηλικία,
όπως οι παπούδες και οι γιαγιάδες

Γι' αυτό όλοι θα πρέπει
να είμαστε πολύ προσεκτικοί.

Μερικοί τρόποι
για να προστατευτούμε από τον Κορωνοϊό είναι:

- να φοράμε μάσκα, όταν βρισκόμαστε σε μέρη με πολύ κόσμο, όπως στο σχολείο, σε καταστήματα, στο θέατρο, στον κινηματογράφο κ.ά.



- όταν φτερνιζόμαστε, να καλύπτουμε το στόμα μας και τη μύτη μας με τον αγκώνα μας ή με ένα χαρτομάντηλο, που αμέσως μετά το πετάμε στα σκουπίδια και στη συνέχεια να πλένουμε τα χέρια μας.



- να πλένουμε συχνά και πολύ καλά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα.



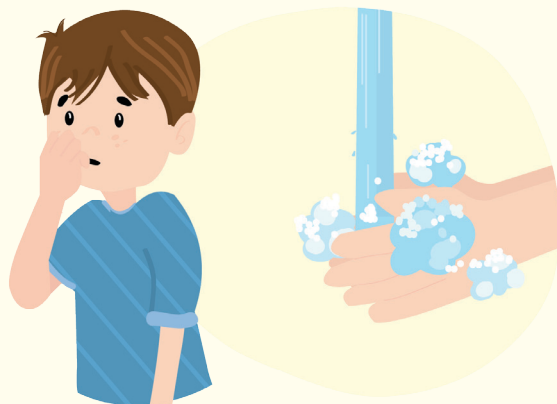
- όταν δεν μπορούμε να πλένουμε τα χέρια μας, να χρησιμοποιούμε συχνά κατά τη διάρκεια της ημέρας αντισηπτικό ή χαρτομάντηλα μιας χρήσης με αλκοόλη.



- σε καμία περίπτωση να μην πίνουμε νερό από τη βρύση απευθείας με το στόμα.



- να αποφεύγουμε να αγγίζουμε τη μύτη, το στόμα και τα μάτια μας. Όταν όμως χρειάζεται να το κάνουμε, θα πρέπει πρώτα να πλύνουμε τα χέρια μας.



- να μην ερχόμαστε κοντά σε ανθρώπους που είναι ή φαίνονται άρρωστοι, φτερνίζονται ή βήχουν.



- να μένουμε στο σπίτι όταν είμαστε άρρωστοι.



- να μην χρησιμοποιούμε τα ίδια μολύβια, στυλό και μαρκαδόρους με τα άλλα παιδιά.



- μπορούμε να καθαρίζουμε με αντισηπτικό ή χαρτομάντηλα μιας χρήσης το θρανίο μας και τα αντικείμενα κοινής χρήσης, όπως ποντίκι και πληκτρολόγιο υπολογιστή, μπάλες κ.ά.



- όταν μπαίνουμε στο σπίτι να βγάζουμε τα παπούτσια μας και το πανωφόρι μας, να πλένουμε καλά τα χέρια μας και να αλλάζουμε ρούχα.



- να φοράμε μάσκα προσώπου, όταν έχουμε ένα από τα συμπτώματα ή για να προστατευτούμε από κάποιον που έχει μολυνθεί από τον ιό.





Αν ακολουθήσουμε
τις παραπάνω οδηγίες,
θα είμαστε ασφαλείς!

