

Ο πολεμιστής έχει την ασπίδα του... Εμείς τη μάσκα μας !!

Ο κορωνοϊός είναι ένας ιός που μολύνει τον άνθρωπο.

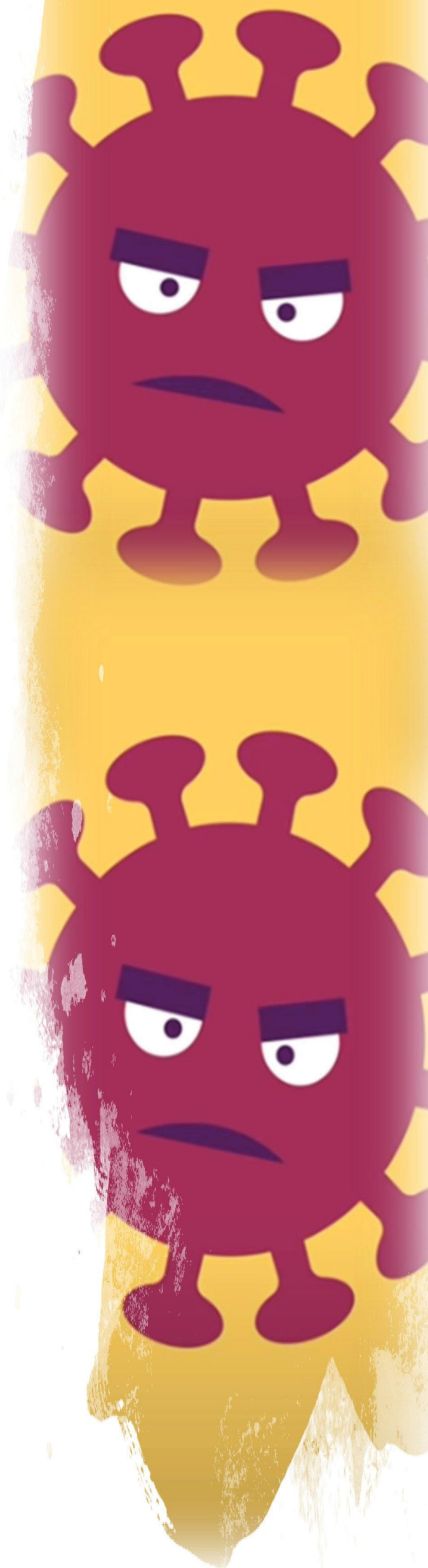
Είναι τόσο μικρός που μπορούμε να τον δούμε μόνο με ειδικό μικροσκόπιο. Δυστυχώς κολλάει πολύ εύκολα από τον ένα στον άλλον.

Συνήθως προκαλεί βήχα και πυρετό και μας κάνει να νιώθουμε κουρασμένοι. Εμείς τα παιδιά δεν αρρωσταίνουμε σοβαρά και μερικές φορές μπορεί να μην το καταλάβουμε ότι κολλήσαμε. Οι μεγάλοι όμως και κυρίως οι γιαγιάδες και οι παπούδες μας μπορεί να αρρωστήσουν βαριά και να νοσηλευτούν στο νοσοκομείο για πολλές ημέρες, ή να κινδυνεύσει και η ζωή τους.

Για να περιορίσουμε τη κυκλοφορία του ιού πρέπει όλοι μαζί να προσπαθήσουμε!!!

Πρέπει να ακολουθούμε συνεχώς 4 χρυσούς κανόνες:

1. Κρατάμε αποστάσεις μεταξύ μας, ειδικά όταν δεν φοράμε μάσκα.
2. Φτερνιζόμαστε και βήχουμε, μόνο στο χαρτομάντηλο ή μέσα στον αγκώνα μας.
3. Πλένουμε προσεκτικά τα χέρια μας.
4. Φοράμε ΟΛΟΙ μάσκα.



Πώς φοράω σωστά τη μάσκα μου!



Πλένω τα χέρια μου με νερό και σαπούνι ή τρίβω καλά με αλκοολούχο αντισηπτικό.



Πιάνω τη μάσκα από τα λαστιχάκια. Η ανοιχτόχρωμη πλευρά είναι αυτή που θα αγγίξει το πρόσωπό μου.



Περνάω τα λαστιχάκια στα αυτιά.



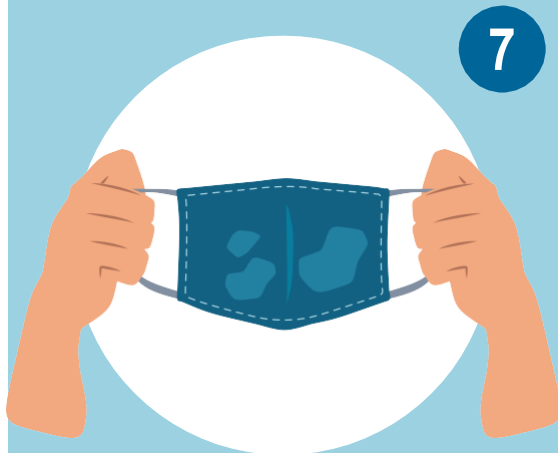
Πιέζω το έλασμα πολύ ελαφρά ώστε να αγκαλιάσει τη μύτη μου.



Τραβώ προσεκτικά το κάτω μέρος ώστε να αγκαλιάσει το πηγούνι μου.



Δεν αγγίζω τη μάσκα όταν τη φοράω.



Αλλάζω τη μάσκα όταν την νιώσω υγρή. Την αφαιρώ από τα λαστιχάκια και την τοποθετώ στο σακουλάκι της.



Πλένω τα χέρια μου με νερό και σαπούνι ή τρίβω καλά με αλκοολούχο αντισηπτικό.



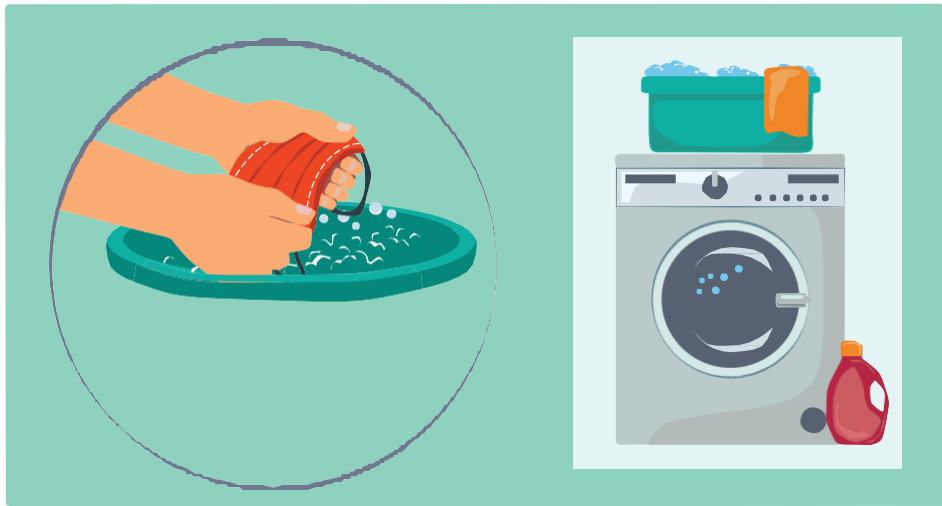
Δεν μοιράζομαι και δεν πιάνω τη μάσκα μου. Δεν ξαναφοράω μάσκα μίας χρήσης.

Η μάσκα μπορεί να είναι επικίνδυνη...

δεν προσφέρει καμία προστασία όταν τη φορά όπως φαίνεται παρακάτω:



Φροντίζω τη μάσκα μου!



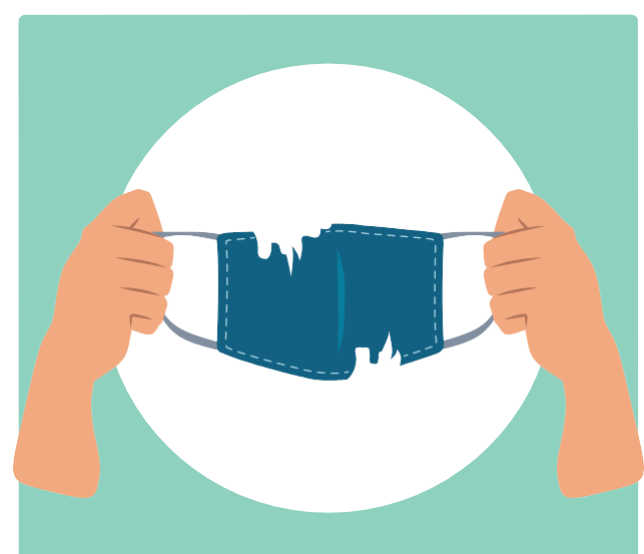
Πλένω τη μάσκα με απορρυπαντικό σε θερμοκρασία πάνω από 60°C



Απλώνω τη μάσκα να στεγνώσει.



Σιδερώνω πολύ καλά.



Ελέγχω αν η μάσκα μου είναι φθαρμένη ή σχισμένη.



Φορώ πάντα καθαρή μάσκα.

Πετάω τη φθαρμένη ή μιας χρήσης μάσκα...



Έχω δύο τουλάχιστον μάσκες στο δικό τους σακουλάκι.

...σε κάδο απορριμμάτων και όχι κάδο ανακύκλωσης.

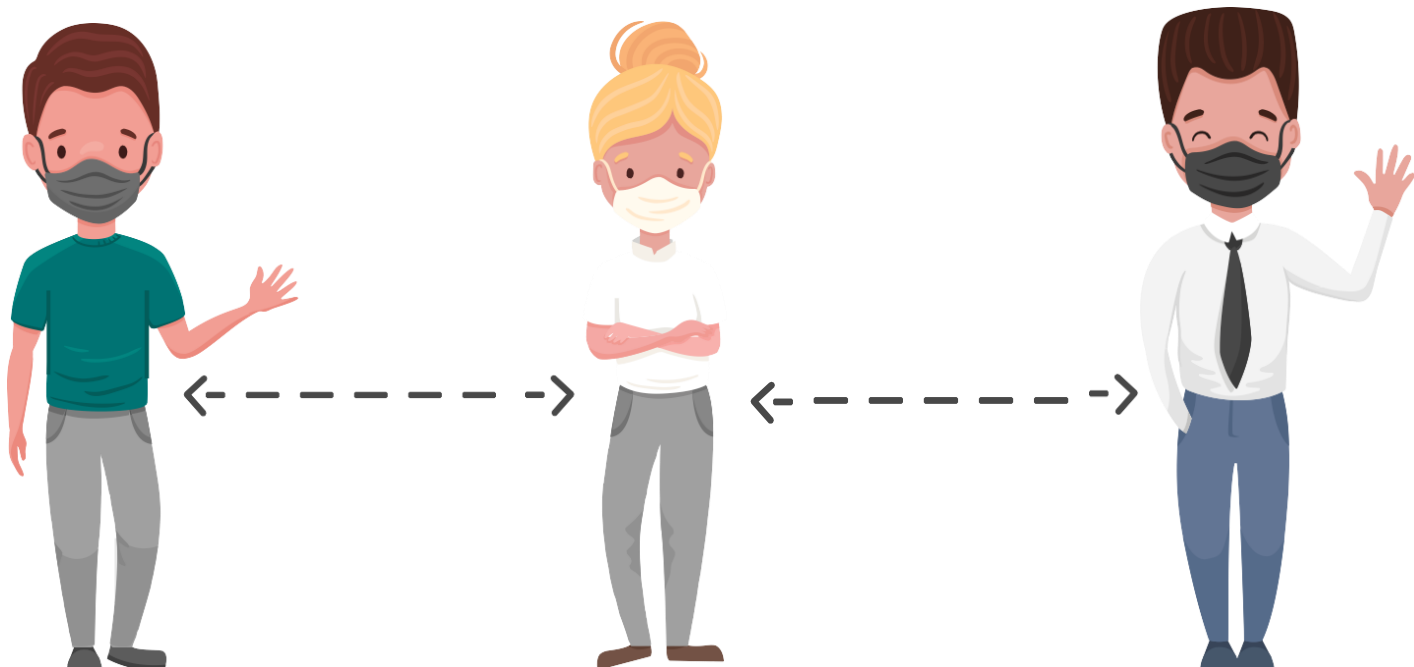
ΘΕΛΩ...

- ✓ Να πάω στο σχολείο, στο πανεπιστήμιο, στη δουλειά μου
- ✓ Να δω την αγαπημένη μου ταινία στον κινηματογράφο
- ✓ Να ψωνίσω στα μαγαζιά
- ✓ Να συναντηθώ στις πλατείες, στους δρόμους, στα café
- ✓ Να βγω με τους φίλους και να διασκεδάσω
- ✓ Να γυρίσω στην κανονικότητά μου

Για να τα κάνω όλα αυτά
πρέπει να είμαι υγιής...
Εγώ και οι κολλητοί, οι συμμαθητές,
οι συμφοιτητές, οι συνάδελφοί μου...

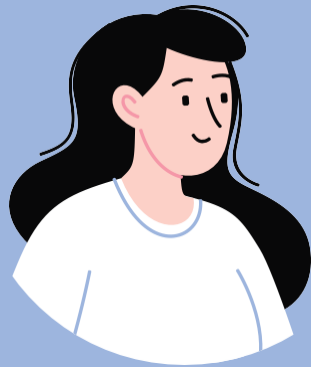
Κρατώ αποστάσεις

Φοράω μάσκα και... συνεχίζω τη ζωή μου!



Η μάσκα μου προστατεύει εσένα (και εμένα) Η μάσκα σου προστατεύει εμένα (και εσένα)

Φορέας
COVID-19
(Χωρίς
μάσκα)



ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ

90%



Υγιές
άτομο
(Χωρίς
μάσκα)

Φορέας
COVID-19
(Χωρίς
μάσκα)



ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ

30%



Υγιές
άτομο
(Με μάσκα)

Φορέας
COVID-19
(Με μάσκα)



ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ

5%



Υγιές
άτομο
(Χωρίς
μάσκα)

Φορέας
COVID-19
(Με μάσκα)



ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΜΕΤΑΔΟΣΗΣ

1,5%



Υγιές
άτομο
(Με μάσκα)