

Μένουμε υγιείς στο σχολείο

- Διατηρούμε απόσταση τουλάχιστον ενός μέτρου μεταξύ μας.
- Αν έχουμε έστω και ένα από τα ακόλουθα συμπτώματα:

Θερμοκρασία σώματος μεγαλύτερη από 37,3 σε τρεις συνεχόμενες μετρήσεις.

(οι γονείς / κηδεμόνες πρέπει να θερμομετρούν τα παιδιά τους κάθε πρωί)

πονοκέφαλο,

πονόλαιμο,

βήχα,

πόνους στο σώμα,

αδυναμία,

πρόβλημα με τη γεύση ή την όσφρηση

μένουμε σπίτι και ειδοποιούμε το σχολείο και τον προσωπικό μας γιατρό.

- Αν τα συμπτώματα παρουσιαστούν στο σχολείο ενημερώνουμε τον/την καθηγητή/τρια πριν μπούμε στην τάξη.
- Φοράμε μάσκα υποχρεωτικά σε όλους τους εσωτερικούς χώρους. Η μάσκα προστατεύει τους γύρω μας για αυτό τη φοράμε με σεβασμό στους υπόλοιπους, σωστά ώστε να καλύπτει τη μύτη και το στόμα.
- Δεν ακουμπάμε τη μάσκα με τα χέρια. Τη φοράμε και την αφαιρούμε ακουμπώντας μόνο τα λαστιχάκια.
- Αν φοράμε μάσκα μιας χρήσης την πετάμε στον κάδο απορριμμάτων όταν βραχεί.
- Αν φοράμε μάσκα πολλαπλών χρήσεων τη φυλάμε σε ένα σακουλάκι κάθε φορά που τη βγάζουμε και τη σιδερώνουμε στο σπίτι. Κάθε δύο μέρες την πλένουμε.
- Πριν μπούμε στην τάξη απολυμαίνουμε τα χέρια μας με αντισηπτικό για 20”.
- Χρησιμοποιούμε πάντα το δικό μας θρανίο και δεν μετακινούμαστε μέσα στην τάξη.
- Δεν αγγίζουμε αντικείμενα που χρησιμοποιούνται από άλλους (μολύβια, στυλό, μαρκαδόρους και άλλα προσωπικά αντικείμενα..).
- Αποφεύγουμε την επαφή των χεριών με τα μάτια, τη μύτη και το στόμα.
- Αν βήξουμε ή φταρνιστούμε όταν δε φοράμε μάσκα καλύπτουμε μύτη και στόμα με χαρτομάντηλο το οποίο αμέσως μετά πετάμε και απολυμαίνουμε τα χέρια μας. Αν δεν έχουμε χαρτομάντηλο καλύπτουμε μύτη και στόμα με το εσωτερικό του αγκώνα μας.
- Στις τουαλέτες πάμε λίγα άτομα κάθε φορά. Πλένουμε χέρια πριν και μετά τη χρήση της τουαλέτας και κλείνουμε το καπάκι της τουαλέτας πριν τραβήξουμε το καζανάκι.
- Προτού φάμε πλένουμε με σαπούνι και νερό τα χέρια για τουλάχιστον 20”.
- Στο κυλικείο αλλά και κατά τη διάρκεια του διαλείμματος τηρούμε τις αποστάσεις μεταξύ μας.
- Δεν αγκαλιαζόμαστε, δεν φιλιόμαστε και δεν κάνουμε χειραψία.