

ΓΕΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΕΣ



ΠΛΕΝΟΥΜΕ ΚΑΛΑ
ΤΑ ΧΕΡΙΑ



ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ
ΣΑΠΟΥΝΙ



ΔΕ ΧΑΙΡΕΤΑΜΕ
ΜΕ ΧΕΙΡΑΦΙΑ



ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΜΕ
ΑΝΤΙΣΗΠΤΙΚΟ



ΑΠΟΦΕΥΓΟΥΜΕ ΤΙΣ
ΚΟΝΤΙΝΕΣ ΕΠΑΦΕΣ



ΚΡΑΤΑΜΕ ΑΠΟΣΤΑΣΕΙΣ

ΣΩΣΤΗ ΧΡΗΣΗ ΜΑΣΚΑΣ



ΟΔΗΓΙΕΣ
ΓΙΑ ΑΣΦΑΛΗ
ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ
ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Γειαστοί Δάσκαλοι και Καθηγητές
Αξόβμοι γονείς και κηδεμόνες
Αγαπητές μαθήτριες, αγαπητοί μαθητές

Η νέα σχολική χρονιά ξεκινά μέσα στις συνθήκες της πανδημίας από τον κορωνοϊό, που σας υποχρεώνουν να αλλάξετε τις συνήθειες σας και να ακολουθήσετε νέους κανόνες ατομικής και συλλογικής υγιεινής για την προστασία της υγείας όλων μας. Ο Ιατρικός Σύλλογος Αθηνών και η Περιφέρεια Αττικής είναι κοντά σας για να σας δώσουν τις απαραίτητες οδηγίες, που αν τις εφαρμόσετε σωστά, θα πτύχετε να περάσετε μια αποδοτική σχολική χρονιά, με υγεία και ασφάλεια. Οι οδηγίες είναι απλές και κατανοητές από όλους, μικρούς και μεγάλους, δεν απαιτούν ιδιαίτερη προετοιμασία και δεν εμποδίζουν την παρακολούθηση των μαθημάτων.

Δώστε λίγο χρόνο στον εαυτό σας να τις μελετήσετε, ακολουθήστε τις καθημερινά και αποτελέστε παράδειγμα για τους άλλους.

Καλή σχολική χρονιά!

Γιώργος Πατούλης
Πρόεδρος Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών
Περιφεράρχης Αττικής



ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΡΟΣ ΤΙΣ ΜΑΘΗΤΡΙΕΣ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΜΑΘΗΤΕΣ

Οδηγίες πριν ξεκινήσετε για το σχολείο

- ΔΕ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΕΤΕ κάποιο από τα παρακάτω:
 - ✗ Πυρετό (38 βαθμούς Κελσίου)
 - ✗ Πονόλαιμο με ή χωρίς βήχα
 - ✗ Πονοκέφαλο ή ζαλάδες
 - ✗ Πόνο στην κοιλιά ή διάρροια
 - ✗ Διαταραχές γεύσης ή όσφρησης
 - ✗ Έντονες μυαλγίες, μεγάλη αδυναμία
- ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΕΤΕ μαζί σας όλα τα παρακάτω:
 - ✓ Δύο μάσκες
 - ✓ Αντισηπτικό υγρό με αλκοόλη 70%
 - ✓ Χαρτομάντηλα χωρίς οινόπνευμα
 - ✓ Παγούρι με νερό
 - ✓ Κουλούρι ή κρουασάν ή τόστ ή σνακ

Οδηγίες πριν φύγετε από το σπίτι

- ✓ Πλένετε καλά τα χέρια σας και το πρόσωπο σας
- ✓ Ετοιμάζετε τη σχολική σας τσάντα
- ✓ Φοράτε τα ρούχα σας και τα παπούτσια σας
- ✓ Καθαρίζετε τα χέρια σας με το αντισηπτικό
- ✓ Φοράτε τη μία μάσκα, πάντοτε τη από τις δυο άκρες
- ✓ Βάζετε την άλλη μάσκα μέσα στη θήκη της

Οδηγίες κατά τη διαδρομή προς και από το σχολείο

- ✓ Στο αυτοκίνητο ή το σχολικό κάθεται στη θέση σας
- ✓ Στη διαδρομή δε μετακινείστε από τη θέση σας
- ✓ Αποφεύγετε να ακουμπάτε σε σημεία του οχήματος



Οδηγίες όταν φτάσετε στο σχολείο

- ✓ Μπαίνετε στην τάξη σας με σειρά και απόσταση
- ✓ Κάθεται μόνο στο δικό σας θρανίο
- ✓ Καθαρίζετε τα χέρια σας με αντισηπτικό
- ✓ Τακτοποιείτε τα ατομικά σας πράγματα
- ✓ Δεν πάνετε με τα χέρια τη μάσκα σας
- ✓ Δε βάζετε τα χέρια σας στο πρόσωπο σας
- ✓ Δεν ανταλλάσσετε δικά σας πράγματα με άλλα παιδιά

Οδηγίες για την έξοδο από την τάξη και το διάλειμμα

- ✓ Βγαίνετε από την τάξη με σειρά και απόσταση
- ✓ Φοράτε τη μάσκα, εφ' όσον αυτές είναι οι οδηγίες
- ✓ Εάν βγάλετε τη μάσκα, τη βάζετε στη θήκη της
- ✓ Δεν πλησιάζετε το πρόσωπο των άλλων παιδιών
- ✓ Δεν πίνετε τα χέρια των άλλων παιδιών
- ✓ Πλένετε τα χέρια σας μετά από την τουαλέτα
- ✓ Καθαρίζετε τα χέρια σας με αντισηπτικό διάλυμα
- ✓ Τρώτε μόνο το δικό σας φαγητό
- ✓ Πίνετε νερό μόνο από το δικό σας παγούρι
- ✓ Σκουπίζετε μόνο με τα δικά σας χαρτομάντηλα
- ✓ Στη γυμναστική ακολουθείτε τις οδηγίες των εκπαιδευτών σας

