

2ο Γυμνάσιο Παλλήνης - Λίστα με όσα δεν πρέπει να ξεχνάμε!



Πλένουμε συχνά και σχολαστικά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό ή με αλκοολούχο διάλυμα. Ειδικά, μετά τη χρήση της τουαλέτας, είμαστε πολύ προσεκτικοί με το πλύσιμο των χεριών. Ο ίδιος κανόνας ισχύει και πριν τη λήψη φαγητού.



Δεν αγγίζουμε το πρόσωπό μας, τα μάτια, τη μύτη, το στόμα με βρώμικα χέρια.



Όταν βήχουμε ή φταρνιζόμαστε, 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.



Διατηρούμε απόσταση ασφαλείας από τους άλλους, περισσότερο από 1,5 μέτρο. **Δεν ακουμπάμε ο ένας τον άλλο.** Η μάσκα δεν είναι παιχνίδι, **είναι μέσο προστασίας.** Αν κάποιος φοράει μάσκα δεν ακουμπάμε τη μάσκα του και δεν την τραβάμε.



Διατηρούμε το **θρανίο** μας **καθαρό**. Μαζεύουμε τα πράγματά μας από το θρανίο στο διάλειμμα, προκειμένου να απολυμανθεί. **Δε μετακινούμε το θρανίο μας από τη θέση του. Δεν καθόμαστε πάνω στο θρανίο μας ή στα θρανία άλλων.**



Δε μοιραζόμαστε με τους άλλους αντικείμενα όπως στυλό, μολύβια, γόμες, διορθωτικά, κέρματα, συσκευές κλπ.



Δε μοιραζόμαστε το φαγητό μας με τους άλλους.



Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα πυρετού, βήχα ή δυσκολίας στην αναπνοή επικοινωνούμε με το γιατρό μας ή με τον **ΕΟΔΥ** και **παραμένουμε στο σπίτι μας, ενημερώνοντας το σχολείο.**

Δείχνουμε υπευθυνότητα!

Προστατεύουμε ο ένας τον άλλο για να είμαστε όλοι υγιείς!