



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΚΟΡΩΝΟΪΟ (COVID-19)

Πληροφορίες για το Κορωνοϊό (COVID-19)



Ο Κορωνοϊός είναι ένας υιός που μοιάζει με τη γρίπη ή με ένα κακό κρυολόγημα.



Πολλοί άνθρωποι ανά το κόσμο έχουν κολλήσει τον Κορωνοϊό.



Ο Κορωνοϊός κάνει τους ανθρώπους πολύ άρρωστους και κάποιος μπορεί να πεθάνουν.



Μπορείς να κολλήσεις τον Κορωνοϊό:

- Από κάποιον που έχει ήδη το Κορωνοϊό
- Αν ακουμπήσεις κάτι που έχει ακουμπήσει κάποιος που έχει Κορωνοϊό.



Ο Κορωνοϊός (COVID-19) θα σε κάνει άρρωστο.



Αν κολλήσεις Κορωνοϊό μπορεί να έχεις συμπτώματα όπως:

- Υψηλό πυρετό
- Πονόλεμο
- Ξερό βήχα



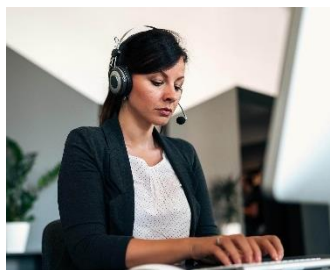
Μπορεί να έχετε δυσκολία με την αναπνοή σας.

Αν νιώθετε άρρωστοι:

- Πείτε το σε κάποιον που εμπιστεύεστε
- Ρωτήστε τους να καλέσουν το Γιατρό εκ μέρους σας.



Ο γιατρός θα σας συμβουλέψει τι να κάνετε.



Μπορείτε να καλέσετε τη **Γραμμή Βοήθειας για το Κορωνοϊό** στο **1800 675 398** αν νομίζετε πως έχετε Κορωνοϊό.



Αν δεν μπορείτε να αναπνεύσετε ή νιώθετε πολύ άρρωστοι, καλέστε **000** και ζητήσετε για **ασθενοφόρο**.

Ο Κορωνοϊός (COVID-19) στη Βικτόρια.



Πολλοί άνθρωποι που μένουν στη Μελβούρνη και το Mitchell Shire αρρωσταίνουν από το Κορωνοϊό.



Η Κυβέρνηση της Βικτόρια έχει κάνει αλλαγές τους κανόνες για να κρατήσει όλους τους κατοίκους ασφαλή.



Αν μένετε στη Μητροπολιτική Μελβούρνη ή το Mitchell Shire, απαγορεύσεις Τύπου 4 έχουν ξεκινήσει από τη Κυριακή 2 Αυγούστου 2020 για 6 εβδομάδες.



Αν δεν ακολουθήσετε τους κανόνες θα σας δοθεί πρόστιμο.



Σε όλη τη Βικτόρια είναι υποχρεωτικό να φοράτε μάσκα πάνω από το στόμα και τη μύτη κάθε φορά που βγαίνετε από το σπίτι.



Μόνο ένα άτομο από κάθε νοικοκυριό μπορεί να βγει να ψωνίσει τα απαραίτητα μια φορά την ημέρα.

Τι πρέπει να κάνετε:



Μείνετε Σπίτι.



Μπορείτε να βγείτε μόνο για:

- Να επισκεφτείτε το κοντινότερο σουπερμάρκετ ή αγορά (σε **απόσταση 5χλμ**).



- Να γυμναστείτε για **1 ώρα** σε απόσταση **5χλμ** και μόνο με **1 άτομο** από το νοικοκυριό σας.



- Δείτε το γιατρό σας.



- Αγοράσετε τα φάρμακα σας.



Κρατήστε **απόσταση 1.5 μέτρο** από τους άλλους ανθρώπους. Αυτό λέγεται κοινωνική απόσταση.

Πως να παραμείνετε ασφαλής:



Πλύνετε τα χέρια σας.

Χρησιμοποιήστε **σαπούνι** και **ζεστό νερό** και πλύνετε τα χέρια σας για **20 δευτερόλεπτα**.



Αν βήξετε ή φταρνιστείτε:

- Χρησιμοποιήστε χαρτομάντηλο και πετάξτε το στο κάδο απορριμμάτων μετά.
- Χρησιμοποιήστε το χέρι ή τον αγκώνα σας αν δεν έχετε χαρτομάντηλο.
- Προσπαθήστε να μην ακουμπάτε το πρόσωπο σας.
Ο Κορωνοϊός μπορεί να εισέλθει στο σώμα σας μέσα από τα μάτια, τη μύτη και το στόμα.



Επικοινωνήστε με άλλους.

Χρησιμοποιώντας:



- Το τηλέφωνο
- Τον υπολογιστή
- Το ταμπλετ

Μιλήστε με ανθρώπους που εμπιστεύεστε, την οικογένεια και τους φίλους σας. Αυτό θα σας βοηθήσει αν νιώθετε μόνοι.



Παραμείνετε υγιής

- Γυμναστείτε.
- Τρώτε υγιεινά.
- Συνεχίστε να κινήστε και να κάνετε πράγματα στο σπίτι.
- Μάθετε κάτι καινούργιο.

Δημιουργήστε μαζί μας.



Σας ευχαριστούμε που μας στέλνετε ζωγραφιές σας και γράμματα υποστήριξης.

Συνεχίστε να στέλνετε τις ζωγραφιές σας και τα γράμματα σας στο Κεντρικό Γραφείο μας στο :

AGAPI Care Inc.

537 High Street

Preston VIC 3072