



**Ίσως περισσότερο
από κάθε άλλη
χρονιά, οι φετινές
διακοπές**

έχουν στο επίκεντρο τη
διασφάλιση της υγείας
και ασφάλειας,

αλλά και την **ανάγκη για
ξεκούραση**, δραστηριότητες που
προσφέρουν χαρά και που δίνουν τη
δυνατότητα να περάσει κανείς
ποιοτικό χρόνο με τα αγαπημένα του
πρόσωπα.



Στο πλαίσιο της παρατηρούμενης αύξησης του αριθμού νέων επιβεβαιωμένων κρουσμάτων covid-19,

υπάρχει ανάγκη περιορισμού της διασποράς, η οποία είναι εφικτό να πραγματοποιηθεί εάν τα μέτρα προληπτικού χαρακτήρα **εφαρμόζονται από όλους**, φυσικά ακόμα και κατά τις καλοκαιρινές διακοπές.

Σημαντικό είναι να αναφερθεί ότι παρότι υπάρχουν **εισαγόμενα κρούσματα** μετά το άνοιγμα του τουρισμού, αυτά είναι **σχετικά εύκολο να ελεγχθούν**, ειδικά στο πλαίσιο της αυστηρής ιχνηλάτησης και της επιτήρησης με εργαστηριακό έλεγχο.

Πρόβλημα ωστόσο αποτελεί αυτό που αποκαλείται διασπορά στην κοινότητα με τα **«ορφανά κρούσματα»**, όπου η ιχνηλάτηση δεν είναι εύκολη υπόθεση, μιας και οι επαφές, ακόμα και οι στενές, δεν μπορούν εύκολα να εντοπιστούν και να ελεγχθούν.

Οι φετινές διακοπές θα είναι αρκετά διαφορετικές για όλους τους εργαζόμενους και οι παρακάτω 10 συμβουλές μπορούν να συμβάλλουν ώστε από τη μια πλευρά να χαλαρώσουμε στις διακοπές μας και από την άλλη να μη χαλαρώσει η τήρηση των μέτρων προστασίας:

1. Επιλέξτε **κατάλυμα και τρόπο μετακίνησης** με βάση την τήρηση των υγειονομικών πρωτοκόλλων και επιλέξτε προορισμό αξιολογώντας τον αριθμό επιβεβαιωμένων κρουσμάτων.
2. Τηρήστε παντού τη μέγιστη δυνατή απόσταση από άλλα άτομα (**1,5- 2 μέτρα κατ' ελάχιστο**), το προσωπικό του καταλύματος ή άλλους πελάτες.
3. Αποφύγετε τις **χειραψίες και τη χρήση κοινού εξοπλισμού**, π.χ. μη χρησιμοποιήσετε τον ανελκυστήρα του καταλύματος και επιλέξτε τις σκάλες.
4. Εφαρμόστε ακόμα συχνότερα την **υγιεινή των χεριών** και φροντίστε να έχετε πάντα μαζί σας αντισηπτικό διάλυμα ή μαντηλάκια χεριών, όταν δεν είναι εύκολη η πρόσβαση σε τρεχούμενο νερό και σαπούνι.
5. Αποφεύγετε να **αγγίζετε με τα χέρια σας τα μάτια, τη μύτη και το στόμα σας**.
6. Χρησιμοποιήστε **μάσκα** όπου και όπως προβλέπεται.
7. **Μην επισκεφτείτε** μια παραλία ή εν γένει οποιοδήποτε χώρο ανοιχτό ή κλειστό όπου διαπιστώνετε **συνωστισμό**.
8. Επιλέξτε **ηλεκτρονικές συναλλαγές** και πληρωμές.
9. Παρακολουθήστε ενεργητικά τη **θερμοκρασία σας** και μην αγνοήσετε ένα σύμπτωμα που είναι συμβατό με covid-19.
10. Εάν αναπτύξετε **συμπτώματα ύποπτα** για covid-19, επικοινωνήστε αμέσως με **τον Ιατρό σας**, τον Υγειονομικά Υπεύθυνο του καταλύματος και τον **ΕΟΔΥ**. Εάν τα συμπτώματα εμφανιστούν μετά την επιστροφής σας, επικοινωνήστε επιπλέον και με τον προϊστάμενό σας και μην επιστρέψετε στην εργασία σας εάν δεν είναι ασφαλές.

Το φαρμακείο

covid-19 των διακοπών

✓ Χαρτομάντηλα

✓ Αντισηπτικό διάλυμα χεριών

✓ Μάσκες (χειρουργικές μιας χρήσεως ή υφασμάτινες πολλαπλών χρήσεων μετά από πλύσιμο με απορρυπαντικό στους 60° C)

✓ Θερμόμετρο

✓ Παρακεταμόλη

✓ Πόσιμο νερό

✓ Οινόπνευμα ή/και οικιακή χλωρίνη

✓ Σακούλες απορριμμάτων

Τηλέφωνα έκτακτης ανάγκης

Ευρωπαϊκός Αριθμός Έκτακτης Ανάγκης	112
ΕΚΑΒ	166
Άμεση Δράση Αστυνομίας	100
ΕΟΔΥ	1135
Πυροσβεστική Υπηρεσία	199
Τουριστική Αστυνομία	171
Γενική Γραμματεία Πολιτικής Προστασίας	210 3359002-3
Εφημερεύοντα Δημόσια Νοσοκομεία	1434