



ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ  
ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΠΡΩΤΗΣ ΤΑΞΗΣ



Με την έγκριση για την υλοποίησή του από τη Γενική Γραμματεία Πρωτοβάθμιας και Δευτεροβάθμιας Εκπαίδευσης του Υπουργείου Παιδείας και Θρησκευμάτων

## Κανόνας 1ος



Πλένουμε προεκτικά τα χέρια μας, με σαπούνι και νερό, για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα

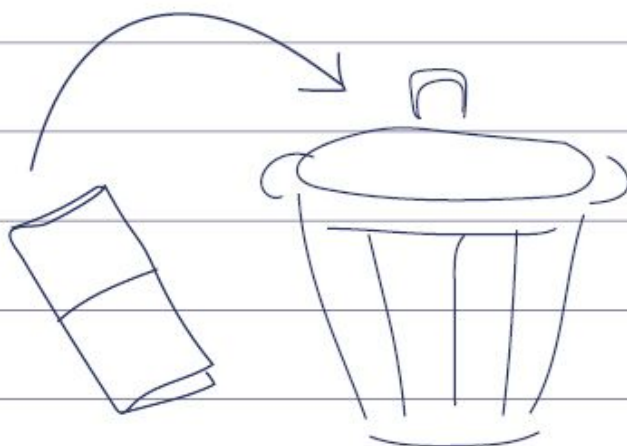
- πριν από κάθε γεύμα
- όταν επιστρέφουμε σπίτι από το σχολείο, το παιχνίδι, την άθληση
- μετά την τουαλέτα
- αφού καϊδέψουμε κάποιο ζώακι
- όταν δεν νιώθουμε τα χέρια μας καθαρά



## Κανόνας 2ος



Όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε, καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη μας με το εσωτερικό του αγκώνα μας ή με μαντηλάκι το οποίο πετάμε αμέσως σε κάδο σκουπιδιών.



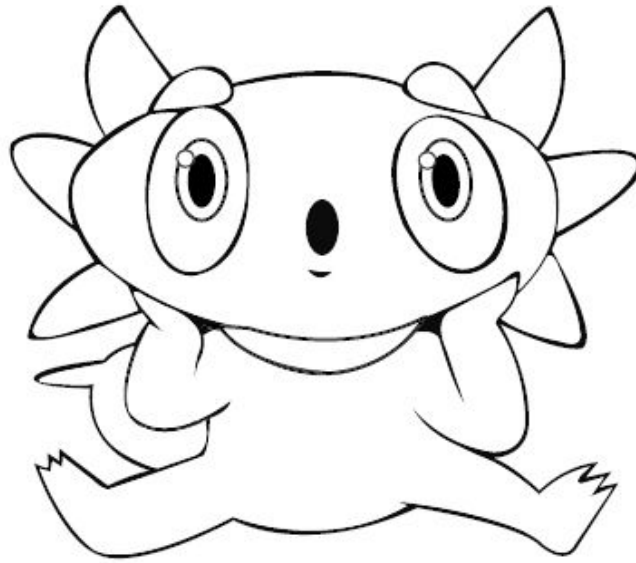
## Κανόνας 3ος



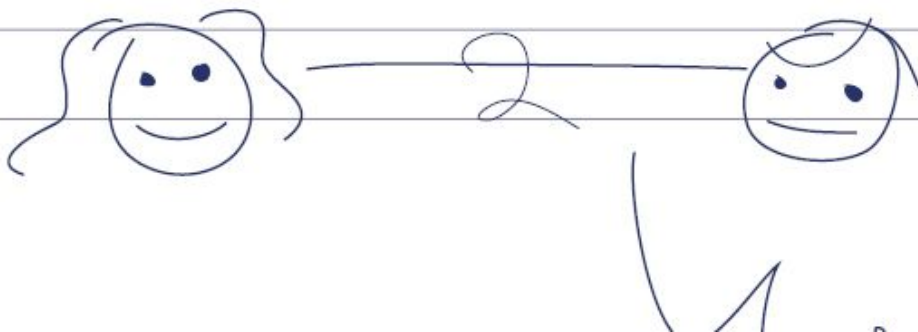
Δεν πιάνουμε το πρόσωπο  
(μάτια, μύτη, στόμα) με τα χέρια μας.



## Κανόνας 4ος



Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές και μένουμε επίτι, όταν δεν αισθανόμαστε καλά και έχουμε συμπτώματα όπως βήχα, πυρετό, τρέχει η μύτη μας και πονάει ο λαιμός μας.



# Πλένουμε σωστά τα χέρια μας!

Βάλε στη σωστή σειρά τα βήματα που πλένουμε τα χέρια μας.



Σκουπίζουμε τα χέρια μας



Τρίβουμε καλά τα χέρια μας



1 Βρέχουμε τα χέρια μας με νερό



Βάζουμε στη κούφτα μας σαπούνι



Ξεπλένουμε

