

**ΕΘΝΙΚΟΣ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ
ΥΠΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΠΟΦΑΣΗΣ**

Οδηγίες για παραμονή στο σπίτι στο πλαίσιο της Κοινής Υπουργικής Απόφασης για τον κορωνοϊό SARS-CoV-2

11

- Αποφυγή των συναθροίσεων και του συγχρωτισμού οπουδήποτε (π.χ. καφετέριες, κινηματογράφοι)
- Αποφυγή ομαδικών εξωσχολικών δραστηριοτήτων
- Αποθάρρυνση συναντήσεων σε σπίτια φίλων, εστιατόρια ή εμπορικά κέντρα

- Ενθάρρυνση εκπαιδευτικών δραστηριοτήτων εξ αποστάσεως (e-learning)
- Αποφυγή επαφής με άτομα που ανήκουν στις ευπαθείς ομάδες
- Συχνό και καλό πλύσιμο των χεριών με νερό και σαπούνι ή αλκοολούχο διάλυμα
- Κάλυψη του βήχα ή του φτερνίσματος με χαρτομάντιλο και απόρριψη στα απορρίμματα. Αν αυτό δεν είναι διαθέσιμο, με το εσωτερικό του αγκώνα
- Αποφυγή αγγίγματος ματιών, μύτης και στόματος
- Αποφυγή στενής επαφής (χειραψίες, αγκαλιές και φιλιά)
- Αποφυγή επαφής με άτομα που έχουν συμπτώματα λοίμωξης
- Σε περίπτωση εμφάνισης συμπτωμάτων, παραμονή στο σπίτι και επικοινωνία με ιατρό ή με τον ΕΟΔΥ.

[Το επίσημο έγγραφο οδηγιών.](#)