



AEPSCOV

Answer, Escape, Protect yourself from COVID 19

Ρώτα, ξέφυγε, προστατέψου από τον Κορωνοϊό!!!

Για παιδιά και μεγάλους





Ρώτα, ξέφυγε, προστατέψου από τον Κορωνοϊό!!!

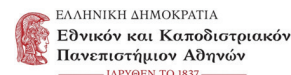
ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ

Answer, Escape, Protect yourself from COVID-19

Όλη η πληροφορία σε αυτή την παρουσίαση βασίζεται σε επίσημες εθνικές και διεθνείς πηγές

Συγγραφική ομάδα:

- **University of West Attica (UNIWA), Prof Dimitra Houhoula**
- **IASO Pediatric Clinic, GR, Prof Ekatherina Charvalos**
- **University of Athens (UOA), Prof Evdokia Karava**
- **ITML: Dr George Bravos - Mr Nikolaos Evangeliou - Mr Antonis Tarantilis**
- **Urdu Translators: Mrs Hadia Jahangir - Mrs Panagiota Moniou**



EOSCsecretariat.eu has received funding from the European Union's Horizon Programme call H2020-INFRAEOSC-2018-4, grant Agreement number 831644

ISBN 978-618-5495-26-8



ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ / CONTENTS

QUIZ

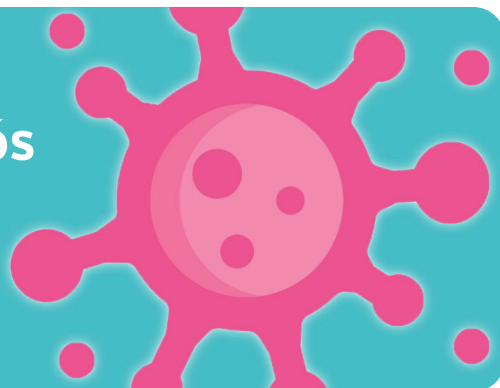
Ελληνικά	14
Ηλικές 5-8 / 1 ^ο επίπεδο	15
Ηλικές 9-12 / 2 ^ο επίπεδο	18
Ηλικές 12+ / 3 ^ο επίπεδο	21
Απαντήσεις	36
English	24
Age 5-8 / 1 st level	25
Age 9-12 / 2 nd level	28
Age 12+ / 3 rd level	31
Answers	37



Ρώτα, ξέφυγε, προστατέψου από τον Κορωνοϊό!!!

ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ ΚΑΙ ΓΟΝΕΙΣ

**Λοιπόν... τι είναι ο κορωνοϊός
«Coronavirus»;
Και τι είναι ο COVID-19;**



Ο όρος «κορωνοϊός» αναφέρεται σε μια οικογένεια ιών που προκαλούν πολλούς διαφορετικούς τύπους ασθενειών.

Ο COVID-19 είναι μια νέα ασθένεια που προκαλείται από το νέο κορωνοϊό (λέγεται και SARS-CoV-2), η οποία δεν είναι πολύ καλά γνωστή στους επιστήμονες και τους γιατρούς.

Το όνομα του COVID-19 προέρχεται από την σύνθεση των λέξεων "Corona" που σημαίνει "στέμμα" στα αρχαία ελληνικά, "Virus" που σημαίνει "ιός" και "Disease" που σημαίνει "Ασθένεια". Το "19" προέρχεται από το έτος 2019, όταν εντοπίστηκε για πρώτη φορά η ασθένεια.

Η νόσος COVID-19 είναι μια πανδημία γιατί εξαπλώνεται με γρήγορους ρυθμούς σε παγκόσμια κλίμακα και απειλεί το σύνολο σχεδόν του πληθυσμού.

Μερικά χαρακτηριστικά του κορωνοϊού

- Ο κορωνοϊός είναι μικρός και στρογγυλός με ακίδες
- Είναι μικρότερος από τα μικρόβια και δεν φαίνεται με γυμνό μάτι!
- Είναι τόσο μικροσκοπικός, που δεν μπορεί να ζήσει από μόνος του: πρέπει να χρησιμοποιήσει το κύτταρο ενός άλλου οργανισμού για να πολλαπλασιαστεί και να ζήσει
- Πολλαπλασιάζεται πρώτα στα κύτταρα του αναπνευστικού μας συστήματος
- Ο κορωνοϊός ταξιδεύει μέσω του αέρα από άνθρωπο σε άνθρωπο. Μπορεί να μπει στον οργανισμό μας μέσα από τη μύτη και το στόμα!
- Υπάρχουν κύτταρα του ανθρώπου που μπορούν να τον καταπολεμήσουν.
- Επειδή όμως είναι νέος ιός και ο οργανισμός μας δεν τον αναγνωρίζει ακόμα γι' αυτό πολλοί άνθρωποι αρρωσταίνουν!
- Για την ανίχνευση του κορωνοϊού, η πιο ακριβής μέθοδος είναι η ανίχνευση γενετικού υλικού του ιού σε ρινοφαρυγγικό δείγμα με μοριακές μεθόδους
- Οι ιοί δεν μπορούν να καταπολεμηθούν με αντιβιοτικά όπως τα βακτήρια



Η μάχη με τον κορωνοϊό

Πως ο ιός επιτίθεται?

Γαντζώνεται με τις ακίδες στο ανθρώπινο κύτταρο, εισέρχεται και πολλαπλασιάζεται μέσα σε αυτό.
Μετά το κύτταρο θα καταστραφεί... ο άνθρωπος θα νοσήσει.



Ο ανθρώπινος οργανισμός όμως απαντά με τα αντισώματα!

Δηλαδή αναπτύσσει ανοσία!

Πώς ξεκίνησε ο COVID-19;

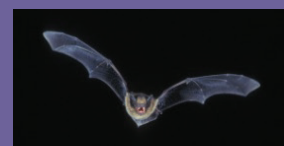
Ορισμένες ασθένειες ξεκινούν στα ζώα πριν εξαπλωθούν σε ανθρώπους.

Αυτοί οι τύποι ασθενειών ονομάζονται ζωνοόσοι.

Οι αγελάδες, οι νυχτερίδες και οι καμήλες συγκαταλέγονται μεταξύ των ζώων που έχουν μεταδώσει ασθένειες στον άνθρωπο στο παρελθόν.

Η νόσος COVID-19 είναι επίσης ζωνοόσος και εμφανίζεται πρώτη φορά τον Δεκέμβριο του 2019 στη Γουχάν της Κίνας.

Πιθανολογείται πως ξεκίνησε σε μία αγορά της Γουχάν όπου πωλούνται διάφορα ζώα.

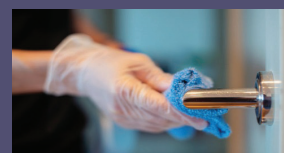


Πώς μεταδίδεται ο COVID-19;

Ο COVID-19 μπορεί να μεταδοθεί **από άνθρωπο σε άνθρωπο** με μικρά σταγονίδια μέσα από βήχα ή φτέρνισμα ή με χειραψία.

Μπορεί επίσης να το κολλήσουμε αγγίζοντας πόμολα, πάγκους ή επιφάνειες που έχει αγγίξει ένα μολυσμένο άτομο και έπειτα αγγίζοντας τα μάτια μας, τη μύτη ή το στόμα μας.

Δεν γνωρίζουμε ακόμα καλά αν μεταδίδεται από τον άνθρωπο στα ζώα (π.χ. σκυλιά ή γατιά). Αν όμως αρρωστήσω από κορωνοϊό πρέπει να έχω σε απόσταση το κατοικίδιό μου όπως και τους άλλους.

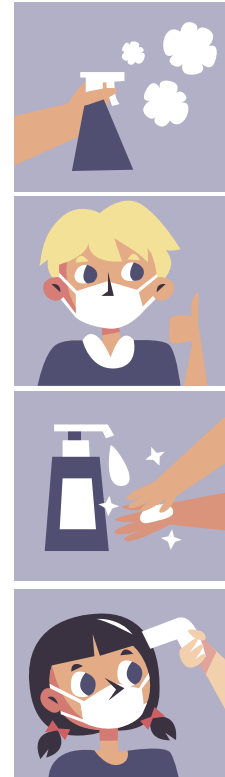


Πώς μπορούμε να προστατευθούμε από τον κορωνοϊό;

A

Η καλύτερη προστασία από τον COVID-19 είναι κάτι που πρέπει να κάνουμε καθημερινά:

- Αποφεύγουμε να αγγίζουμε το πρόσωπό μας, ειδικά τα μάτια, τη μύτη και το στόμα μας.
- Αν βήχουμε ή φταρνίζομαστε καλύπτουμε τη μύτη και το στόμα μας με τον αγκώνα ή με ένα μαντήλι.
- Δεν κάνουμε χειραψίες.
- Κρατάμε αποστάσεις από τους άλλους.
- Καλό είναι να μένουμε μακριά από πλήθη ανθρώπων γιατί δεν μπορούμε να είμαστε σίγουροι ποιος έχει αρρωστήσει.
- Δεν ερχόμαστε σε επαφή με ανθρώπους που δεν αισθάνονται καλά.



B

Κρατάμε αποστάσεις!!

Το καλύτερο είναι:

1.6 με 2M



Γ

Πλένουμε καλά και συχνά τα χέρια μας. Πλένουμε καλά τα χέρια μας με σαπούνι για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα.

“Wash Your Hands” song, to the tune of “Row, Row, Row Your Boat”:

*Wash, wash, wash your hands,
Wash them nice and clean.
Scrub them here,
Scrub them there,
And scrub them in between!
Wash, wash, wash, your hands,
Play our handy game.
Rub and scrub, scrub and rub,
Germs go down the drain. HEY!*





ΦΟΡΑΜΕ ΜΑΣΚΕΣ!

Οι μάσκες είναι ασφαλείς, όχι τρομακτικές.

Η μάσκα βοηθά στην προστασία του ατόμου που τη φοράει από την μόλυνση. Αλλά και αν κάποιος είναι άρρωστος, τότε η μάσκα προστατεύει από το να μην μεταδοθεί ο ιός σε άλλους ανθρώπους που δεν είναι άρρωστοι.

Φοράμε μάσκες στο δρόμο και σε όλους τους χώρους με κόσμο!



**Και φοράω σωστά
τη μάσκα!**

Η μάσκα βοηθά στην προστασία, ΝΑΙ!

ΠΩΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΦΟΡΑΜΕ ΤΗΝ ΜΑΣΚΑ ΜΑΣ;

- Πρέπει να μπορούμε να αναπνέουμε.
- Πρέπει να καλύπτει πλήρως τη μύτη και το στόμα.
- Πρέπει η μάσκα να ταιριάζει άνετα στις πλευρές του προσώπου μας.
- Όταν πάμε να φορέσουμε την μάσκα, πρέπει να την πιάνουμε από τις άκρες της και να την βγάζουμε με τον ίδιο τρόπο.
- Δεν πρέπει να αγγίζουμε την επιφάνεια της μάσκας με τα χέρια μας.
- Πρέπει να πετάμε τη μάσκα μιας χρήσεως αφού έχει χρησιμοποιηθεί σε κάδο απορριμμάτων ο οποίος κλείνει.
- Δεν πετάμε τις χρησιμοποιημένες μάσκες μια χρήσεως σε κάδο ανακύκλωσης.
- Τα παιδιά κάτω των 5 χρόνων δεν χρειάζεται να φοράνε μάσκα.



Τρόφιμα και κορωνοϊός. Τι γνωρίζουμε?

Ο κίνδυνος να αρρωστήσουμε από τα τρόφιμα ή τις συσκευασίες τροφίμων θεωρείται πολύ χαμηλός.

Δεν υπάρχουν στοιχεία που να υποδηλώνουν ότι οι συσκευασίες, ή κατανάλωση τροφίμων σχετίζεται με τον COVID-19.

Ένα άτομο μπορεί να μολυνθεί από τον ιό αγγίζοντας μία συσκευασία τροφίμων. Αυτό όμως δεν θεωρείται κύριος τρόπος μετάδοσης.

Τι πρέπει να κάνουμε?

Μετά από ψώνια και πριν την κατανάλωση φαγητού, είναι σημαντικό να πλένουμε πάντα καλά τα χέρια μας.

Είναι σημαντικό να ακολουθούμε πάντα καλές πρακτικές υγιεινής των τροφίμων για να μειώσουμε τον κίνδυνο ασθένειας.

ΠΡΟΣΟΧΗ! Η σωστή διατροφή βοηθά στη μάχη κατά του ιού!



Ποια είναι τα συμπτώματα του κορωνοϊού;

Τα συμπτώματα μπορεί να εμφανιστούν 2-14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό.

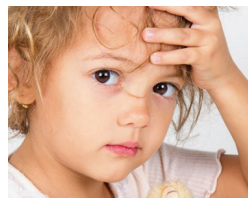
Τα συμπτώματα του κορωνοϊού είναι:



Πυρετός, ρίγη



Δύσπνοια



Πονοκέφαλος



Βήχας



**Απώλεια γεύσης ή
όσφρησης (ανοσμία)**



**Κούραση, πόνος
στις αρθρώσεις**



**Πιο σπάνια,
ναυτία, έμετος,
διάρροια**



**Πονόλαιμος,
συμφόρηση,
καταρροή**

Μπορεί να εμφανιστούν και βαριά συμπτώματα γιατί το ανοσοποιητικό σύστημα μπορεί να αποδιοργανωθεί. Αυτά όμως αντιμετωπίζονται στο νοσοκομείο.

Εντάξει, αλλά τι θα συμβεί αν έχω COVID 19;

Αν γίνει η διάγνωση από το γιατρό και έχετε **COVID-19**, πρέπει να μείνετε στο σπίτι και μακριά από οποιονδήποτε. Κυρίως μακριά από τους παππούδες σας! Οι ηλικιωμένοι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο.



**Πάντα σε συνεννόηση
με το γιατρό!**

Πρέπει να ανησυχώ;

Ίσως να ανησυχείτε για τον COVID-19, να σας αγχώνει, να σας στενοχωρεί. Μιλήστε με τους γονείς, τους δασκάλους ή με ειδικό για ψυχική υποστήριξη.

Στη χώρα μας μπορούμε να απευθυνθούμε στη **γραμμή υποστήριξης 10306**.

Το **σημαντικό πράγμα όμως που πρέπει να θυμάστε** είναι ότι είμαστε όλοι μαζί σε αυτό, αλλά **με ΑΠΟΣΤΑΣΗ!!**

Η καραντίνα

Τελικά τι είναι καραντίνα?

Η καραντίνα μας κρατά κλεισμένους στο σπίτι όταν υπάρχει μεγάλος κίνδυνος εξάπλωσης του ιού: δεν πρέπει να υπάρχει συγχρωτισμός

Τι μπορείτε να κάνετε στην καραντίνα

Κάνετε πράγματα που σας κάνουν ευτυχισμένους.

- Οι γονείς, σας μπορεί να έχουν περισσότερο άγχος από το συνηθισμένο, ειδικά εάν εργάζονται από το σπίτι ή πρέπει να απομονωθούν, γι' αυτό σκεφτείτε πράγματα που μπορείτε να κάνετε γι' αυτούς.
- Μπορείτε να αποκτήσετε πρόσβαση σε δωρεάν διαδικτυακούς εκπαιδευτικούς ιστότοπους.
- Διαβάστε, Παίξτε, Γυμναστείτε.

Αυτές οι αλλαγές δεν θα είναι για πάντα, αλλά αποτελούν σημαντικά βήματα για την επιβράδυνση της εξάπλωσης του κορωνοϊού.

Η ενημέρωση

Τελικά από που έχουμε τη σωστή ενημέρωση?

Μόνο από επίσημες πηγές!!!

Ποτέ από μη έγκυρες πηγές, από συζητήσεις, από ανθρώπους που γράφουν στο ίντερνετ.



ΌΧΙ FAKE NEWS, όχι θεωρίες συνωμοσίας!!!

ΕΥΧΑΡΙΣΤΑ ΝΕΑ

Φάρμακα και εμβόλια

Οι επιστήμονες εργάζονται σκληρά για να βοηθήσουν τους ανθρώπους να αντιμετωπίσουν τη νόσο. Δεκάδες φάρμακα έχουν ήδη δοκιμαστεί σε όλο τον κόσμο. Οι επιστήμονες ήδη ανακάλυψαν εμβόλια για να προλάβουν την εξάπλωση του COVID-19.



Τι είναι το εμβόλιο?

Το εμβόλιο είναι μια έγχυση μικρών ποσοτήτων ενός ή περισσότερων εξασθενημένων, νεκρών ή «καθαρισμένων» τμημάτων από ιούς ή βακτήρια. Ο εμβολιασμός βοηθά το ανοσοποιητικό σύστημα να αμυνθεί ενάντια σε ιούς και βακτήρια που μπορεί να συναντήσει στο μέλλον και να προλάβει την ασθένεια.

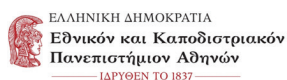
Η επιστήμη στην υπηρεσία της κοινωνίας

Τα πρώτα εμβόλια που είναι σε χρήση ή λίγο πριν αρχίσει η εφαρμογή τους... καθημερινά βελτιώνονται, ενώ δοκιμάζονται και νέα

Έχει διεθνώς **ξεκινήσει ο εμβολιασμός** αρχικά σε ευπαθείς ομάδες, ηλικιωμένους ανθρώπους και επαγγελματίες υγείας που είναι σε υψηλό κίνδυνο.



Τώρα γνωρίζουμε πιο πολλά!! Πάμε για το παιχνίδι!!
Πάμε να αποδράσουμε από τον Κορωνοϊό



EOSCsecretariat.eu has received funding from the European Union's Horizon Programme call H2020-INFRAEOSC-2018-4, grant Agreement number 831644

Εσύ γνωρίζεις πως μπορείς να προστατευτείς από τον COVID-19;

Τα παιδάκια βρίσκονται μέσα στο σχολείο
και ψάχνουν πληροφορίες για τον κορωνοϊό
ώστε να γυρίσουν με ασφάλεια σπίτι τους!

Στις αίθουσες του σχολείου βρίσκονται
κρυμμένες ερωτήσεις που πρέπει να
γνωρίζουν όλα τα παιδάκια για να
προστατέψουν τον εαυτό τους και τους γύρω
τους!

Όμως μην βιάζεσαι, διάβασε καλά τις
ερωτήσεις και απάντησε προσεκτικά γιατί
έχεις 3 ζωές!

Καλή επιτυχία!



1. Τι είναι ο COVID-19;

- ☐ Μικρό Επικίνδυνο Ζωάκι
- ☐ Μια νέα ασθένεια από το νέο κορωνοϊό

2. Η νόσος COVID-19 εμφανίζεται πρώτη φορά τον Δεκέμβριο του 2019

- ☐ Στη Γουχάν της Κίνας
- ☐ Στη Νέα Υόρκη

3. Πως μεταδίδεται ο COVID-19;

- ☐ Με μικρά σταγονίδια από βήχα ή φτέρνισμα ή χειραψία
- ☐ Δεν μεταδίδεται

4. Μπορεί να κολλήσουμε COVID-19 αγγίζοντας πόμολα ή πάγκους;

- ☐ Ναι, αν τα έχει αγγίξει κάποιος που έχει μολυνθεί από COVID-19
- ☐ Πάντα

5. Πως μπορώ να προστατευθώ από τον COVID-19;

- ☐ Πλένουμε τα χέρια μας συχνά για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα
- ☐ Λέμε το τραγουδάκι Happy Birthday

6. Πως μπορώ να προστατευθώ από τον COVID-19;

- ☐ Φοράμε μάσκα, δεν βάζουμε τα χέρια στη μύτη και κρατάμε αποστάσεις
- ☐ Δεν είναι απαραίτητη η μάσκα

7. Πως μπορώ να προστατευθώ από τον COVID-19;

- ☐ Αποφεύγω την επαφή με άτομα που αισθάνονται αδιαθεσία ή έχουν «κάτι σαν γρίπη», αποφεύγω το συνωστισμό
- ☐ Αδιαφορώ

8. Πότε μπορεί να εμφανιστούν τα συμπτώματα του κορωνοϊού;

- ☐ Αμέσως μετά την έκθεση στον ιό
- ☐ 2-14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό

9. Ποια είναι τα συμπτώματα του κορωνοϊού;

- ☐ Πυρετός, συμπτώματα γρίπης, δύσπνοια, απώλεια όσφρησης και γεύσης
- ☐ Πόνος στο χέρι

10. Αν έχω COVID-19, ποια είναι η καλύτερη θεραπεία;

- ☐ Να μείνω στο σπίτι, μακριά από τους άλλους για να μη κολλήσουν και να δέχομαι οδηγίες από το γιατρό μας
- ☐ Να παίξω στην παιδική χαρά

11. Τι μπορώ να κάνω στην καραντίνα;

☐ Μόνο να παίζω

☐ Παίζω, διαβάζω, γυμνάζομαι, κάνω καλή διατροφή, προσέχω τους άλλους

12. Πρέπει να ανησυχώ;

☐ Καθόλου

☐ Αν προσέχω, όχι

13. Πρέπει τα παιδιά να φοράνε μάσκα;

☐ Τα παιδιά ηλικίας 5 ετών και κάτω δεν χρειάζεται να φορούν μάσκες

☐ Μόνο τα μωρά πρέπει να φοράνε μάσκα

14. Γιατί υπάρχει η καραντίνα;

☐ Γιατί φοβόμαστε να βγούμε

☐ Για να μην εξαπλωθεί ο ιός

15. Από που πρέπει να ενημερωνόμαστε για τον κορωνοϊό;

☐ Από τους γονείς μας, τους δασκάλους μας και από επίσημες ιστοσελίδες

☐ Δεν είναι απαραίτητο να ενημερωνόμαστε

1. Τι είναι ο COVID-19;

- ☐ Ασθένεια που παθαίνουν μόνο τα ζώα
- ☐ Μια νέα ασθένεια από τον νέο κορωνοϊό SARS COV2 που δεν είναι καλά γνωστή στους επιστήμονες και τους γιατρούς
- ☐ Ασθένεια η οποία είναι γνωστή εδώ και πολλά χρόνια

2. Τι μέγεθος έχει ο κορωνοϊός;

- ☐ Ίδιο με τα μικρόβια
- ☐ Πολύ μικρότερο από τα μικρόβια
- ☐ Πολύ μεγαλύτερο από τα μικρόβια

3. Πως πολλαπλασιάζεται ο ιός;

- ☐ Πρέπει να χρησιμοποιήσει το κύτταρο ενός άλλου οργανισμού για να πολλαπλασιαστεί και να ζήσει
- ☐ Πολλαπλασιάζεται από μόνος του
- ☐ Κανένα από τα παραπάνω

4. Ο COVID-19 είναι ζωνόσος;

- ☐ Ναι
- ☐ Όχι
- ☐ Δεν γνωρίζουμε

5. Πως μεταδίδεται ο COVID-19;

- ☐ Με μικρά σταγονίδια από βήχα
- ☐ Με το Φτέρνισμα, την χειραψία και τις μολυσμένες επιφάνειες
- ☐ Και τα δύο παραπάνω

6. Πως μπορώ να προστατευθώ από τον COVID-19;

- ☐ Πλένουμε τα χέρια μας συχνά για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα
- ☐ Φοράμε μάσκα και δεν βάζουμε τα χέρια μας στη μύτη και στα μάτια
- ☐ Και τα δύο παραπάνω

7. Ποια είναι τα συμπτώματα του κορωνοϊού;

- ☐ Πυρετός, Δύσπνοια, κόπωση, πονοκέφαλος, απώλεια γεύσης και όσφρησης
- ☐ Πόνος στη μέση
- ☐ Όλοι που νοσούν από κορωνοϊό έχουν δύσπνοια

8. Πότε μπορεί να εμφανιστούν τα συμπτώματα του κορωνοϊού;

- ☐ Αμέσως μετά την έκθεση στον ιό
- ☐ 2-14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό
- ☐ Οποιαδήποτε στιγμή αφού έχουμε τον ιό

9. Αν έχω COVID-19, ποια είναι η καλύτερη θεραπεία;

- ☐ Να μείνω στο σπίτι και να είμαι σε επαφή με το γιατρό
- ☐ Να πάω αμέσως στο νοσοκομείο ανεξάρτητα από τα συμπτώματα
- ☐ Να απομονωθώ για τουλάχιστον 25 ημέρες

10. Πως μπορώ να προστατευθώ από τον COVID-19;

- ☐ Αποφεύγω την επαφή με άτομα που αισθάνονται αδιαθεσία ή έχουν πυρετό
- ☐ Αποφεύγω γενικά και μένω μακριά από μεγάλα πλήθη ανθρώπων
- ☐ Και τα δύο παραπάνω

11. Τι μπορώ να κάνω στην καραντίνα;

- ☐ Μόνο διαβάζω και κοιμάμαι
- ☐ Παίζω, διαβάζω, γυμνάζομαι, επικοινωνώ από μακριά με τούς φίλους μου και κάνω πράγματα που με ευχαριστούν
- ☐ Συναντιέμαι με τους φίλους μου

12. Γιατί υπάρχει η καραντίνα;

- ☐ Γιατί φοβόμαστε να βγούμε
- ☐ Για να μην εξαπλωθεί ο ιός
- ☐ Γιατί θα προφυλαχτούμε από τις διάφορες ασθένειες

13. Από που ενημερωνόμαστε;

- ☐ Από τα περιοδικά
- ☐ Από τους φίλους μας
- ☐ Από τις επίσημες ιστοσελίδες του Υπουργείου Υγείας

14. Ποιος είναι ο σκοπός των εμβολίων;

- ☐ Σκοπός τους είναι να ενισχύσουν την άμυνα του οργανισμού απέναντι σε ιούς ή βακτήρια και να περιορίσουν νοσήματα με υψηλή μεταδοτικότητα και θνησιμότητα
- ☐ Σκοπός είναι να μην αρρωσταίνουν μόνο οι ηλικιωμένοι
- ☐ Κανένα από τα παραπάνω

15. Υπάρχουν εμβόλια για το νέο κορωνοϊό;

- ☐ Ναι, ενώ δοκιμάζονται και νέα εμβόλια
- ☐ Όχι
- ☐ Δεν είναι έτοιμα ακόμα

1. Τι είναι οι κορωνοϊοί (coronaviruses);

- ☐ Οικογένεια ιών που μολύνει μόνο ζώα
- ☐ Οικογένεια ιών που μολύνει μόνο ανθρώπους
- ☐ Οικογένεια ιών που μολύνει ανθρώπους και ζώα και δημιουργεί κυρίως αναπνευστικές λοιμώξεις στους ανθρώπους
- ☐ Οικογένεια ιών που μολύνει ανθρώπους και ζώα και δημιουργεί κυρίως αναπνευστικές λοιμώξεις στους ανθρώπους

2. Πως απαντά ο οργανισμός όταν ο ιός επιτίθεται;

- ☐ Με τα αντισώματα και ολόκληρο το μηχανισμό του ανοσοποιητικού συστήματος
- ☐ Με τα αντιγόνα
- ☐ Είτε με τα αντισώματα είτε με τα αντιγόνα
- ☐ Με τα εμβόλια

3. Τι σημαίνει ότι κάποιος είναι ασυμπτωματικός στον COVID-19;

- ☐ Ότι δεν έχει κολλήσει τον ιό
- ☐ Ότι δεν μπορεί να μεταδώσει τον ιό στους υπόλοιπους
- ☐ Ότι δεν έχει εμφανή συμπτώματα της νόσου
- ☐ Τίποτα από τα παραπάνω

4. Ποια είναι η περίοδος επώασης για την εμφάνιση του COVID-19;

- ☐ 2-14 ημέρες
- ☐ Πάνω από 1 μήνα
- ☐ Άμεσα σε 1 ώρα
- ☐ Άγνωστο

5. Υπάρχουν κάποιες συγκεκριμένες ομάδες ατόμων που διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να νοσήσουν από COVID-19;

- ☐ Ναι, κυρίως τα νεογνά
- ☐ Όχι
- ☐ Ναι, ευπαθείς ομάδες δηλαδή άνθρωποι με υποκείμενα νοσήματα και οι ηλικιωμένοι
- ☐ Άγνωστο

6. Τι σημαίνει πανδημία;

- ☐ Επιδημία ενός λοιμώδους νοσήματος με γρήγορο ρυθμό σε μια μικρή περιοχή
- ☐ Επιδημία ενός λοιμώδους νοσήματος με γρήγορο ρυθμό σε μια ήπειρο ή σε όλο τον πλανήτη
- ☐ Επιδημία ενός λοιμώδους νοσήματος με αργό ρυθμό σε μια ήπειρο
- ☐ Επιδημία ενός λοιμώδους νοσήματος με γρήγορο ή αργό ρυθμό σε μια μικρή περιοχή ή σε μια ήπειρο

7. Ποια είναι τα συμπτώματα του κορωνοϊού;

- ☐ Πυρετός, Δύσπνοια, Κόπωση, Πονοκέφαλος, Απώλεια γεύσης και όσφρησης
- ☐ Όλοι που νοσούν από κορωνοϊό έχουν απώλεια όσφρησης
- ☐ Όλοι που νοσούν από κορωνοϊό έχουν δύσπνοια
- ☐ Όλοι δεν έχουν κανένα σύμπτωμα

8. Αν έχω COVID-19, τι πρέπει να κάνω;

- ☐ Να μείνω στο σπίτι και να είμαι σε επικοινωνία με το γιατρό
- ☐ Να μην πλησιάζω άλλους ανθρώπους για να μην κολλήσουν
- ☐ Να πάρω αντιβιοτικά
- ☐ Το 1 και 2

9. Τι είναι COVID-19 και τι SARS-CoV-2;

- ☐ Ο νέος κορωνοϊός-2019 ονομάζεται SARS-CoV-2, ενώ η ασθένεια που προκαλεί ονομάζεται COVID-19
- ☐ Ο νέος κορωνοϊός-2019 ονομάζεται COVID-19, ενώ η ασθένεια που προκαλεί ονομάζεται SARS-CoV-2
- ☐ Είναι το ίδιο
- ☐ Κανένα από τα παραπάνω

10. Ποια εξέταση είναι πιο αξιόπιστη να κάνω, όταν έχω συμπτώματα;

- ☐ Τεστ μοριακού ελέγχου για την ανίχνευση του ιού που αξιολογεί ο γιατρός
- ☐ Τεστ Αντισωμάτων για την ανίχνευση του ιού
- ☐ Δεν υπάρχει εξέταση
- ☐ Θερμομέτρηση

11. Η μετάδοση του COVID-19 σταματάει το καλοκαίρι;

☐ Όχι

☐ Μόνο όταν η θερμοκρασία είναι υψηλή

☐ Ναι

☐ Η μετάδοση του COVID-19 σταματάει μόνο το χειμώνα

12. Τι είναι το εμβόλιο του κορωνοϊού;

☐ Τεστ για την ανίχνευση του COVID-19

☐ Τεστ Αντισωμάτων για την ανίχνευση του ιού

☐ Μας βοηθάει να παράγουμε αντισώματα τα οποία μας προστατεύουν, έτσι ώστε εάν εκτεθούμε στο SARS-CoV-2 στο μέλλον, το ανοσοποιητικό μας σύστημα να είναι έτοιμο ώστε να μην αρρωστήσουμε

☐ Κανένα από τα παραπάνω

13. Θα μπορούσε ένα αντιβιοτικό να μας προστατεύσει από τον COVID-19;

☐ Ναι, είναι απαραίτητο

☐ Όχι, γιατί το αντιβιοτικό αναστέλλει μόνο τα βακτήρια

☐ Μόνο συγκεκριμένα αντιβιοτικά που τα παίρνουμε όταν έχουμε πυρετό και βήχα

☐ Δεν γνωρίζουμε

14. Τι δείγμα είναι κατάλληλο για την ανίχνευση του COVID-19;

☐ Αίμα

☐ Ούρα

☐ Ρινοφαρυγγικό

☐ Οποιοδήποτε βιολογικό υλικό

15. Ασθενείς που έχουν ήπια συμπτώματα μεταδίδουν τη νόσο;

☐ Ναι

☐ Όχι

☐ Μόνο την πρώτη ημέρα

☐ Δεν γνωρίζουμε

How can you protect yourself from coronavirus?

The children are in the school and they are looking for information about the coronavirus, in order to return home safe!

Read questions carefully and answer the questions.

Good Luck!



1. What is COVID-19?

- ☐ A Small dangerous animal
- ☐ A new infectious disease caused by a newly discovered coronavirus

2. Where did COVID-19 first appear?

- ☐ Wuhan, China
- ☐ New York, USA

3. How does COVID-19 spread?

- ☐ It can spread from an infected person's mouth or nose, in small liquid particles, when they cough, sneeze. It can also spread by shaking hands with someone else
- ☐ It doesn't spread at all

4. Is COVID-19 transmitted by touching knobs, benches or surfaces?

- ☐ Yes, if someone who is infected with COVID-19 has touched them
- ☐ Always

5. How can I protect myself from COVID-19?

- ☐ I should wash my hands very often for at least 20 seconds
- ☐ I sing the Happy Birthday song

6. How can I protect myself from COVID-19?

- ☐ We wear a mask in a proper way, do not touch our eyes, nose or mouth and stay at least 2m away from other people
- ☐ Wearing a mask is not necessary

7. How can I protect myself from COVID-19?

- ☐ We avoid contact with people who feel sick and stay at least 2m away from other people
- ☐ We do not care

8. How long is the incubation period of COVID-19?

- ☐ Immediately after our exposure to the virus
- ☐ The incubation period for the novel coronavirus is between 2 to 14 days after the exposure

9. What are the symptoms of the corona virus?

- ☐ Fever, shortness of breath, flu symptoms and loss of taste or smell
- ☐ Hand pain

10. What is the best treatment for COVID-19?

- ☐ Stay home and follow the doctor's recommendations
- ☐ Play in the playground

11. What can I do in quarantine?

- ☐ Just play games
- ☐ Play, study, work out, protect others by staying away from them

12. Should I worry?

- ☐ Not at all
- ☐ No, if I am careful

13. Should children wear a face mask?

- ☐ Children, over the age of 5, should wear a mask
- ☐ Only babies should wear a mask

14. Why does quarantine exist?

- ☐ Because we are scared to go out
- ☐ To stop the virus from spreading

15. Where can we find information and advice about COVID-19?

- ☐ From our parents, teachers and official websites
- ☐ It is not necessary to get informed about COVID-19

1. What is COVID-19?

- ☐ A disease that affects only animals
- ☐ A new disease caused by a newly discovered corona virus, that is not yet fully understood by doctors and scientists
- ☐ A new disease caused by different viruses

2. What's the size of corona virus?

- ☐ As large as a bacterium
- ☐ Much smaller than a bacterium
- ☐ Much larger than a bacterium

3. How does the corona virus multiply?

- ☐ It needs a host cell to replicate
- ☐ It can multiply on its own
- ☐ None of the above

4. Is corona virus a zoonotic disease?

- ☐ Yes
- ☐ No
- ☐ We don't know

5. How is COVID-19 transmitted?

- ☐ Through small droplets when we cough
- ☐ Through sneezing, handshaking and touching infected surfaces
- ☐ Both of the above

6. How can we protect ourselves from COVID-19?

- ☐ By washing our hands frequently for at least 20 seconds
- ☐ By wearing face masks and disposing them off them properly, and avoid touching our eyes, nose and mouth
- ☐ Both of the above

7. What are the symptoms of the corona virus?

- ☐ Fever, shortness of breath, flu-like symptoms and loss of taste or smell
- ☐ Backache
- ☐ All the infected people from coronavirus have shortness of breath

8. How Long is the incubation Period of COVID 19?

- ☐ Immediately after our exposure to the virus
- ☐ 2 to 14 days after the exposure
- ☐ Anytime after exposure to the virus

9. What should I do if I have COVID-19?

- ☐ Stay at home, and follow the doctor's recommendations
- ☐ Go to the hospital right away regardless of the symptoms
- ☐ Isolate for at least 25 days

10. How can I protect myself from COVID-19?

- ☐ Avoid contact with people who are feeling sick or have fever
- ☐ Stay at least 2m away from other people and avoid crowded places
- ☐ Both of the above

11. What can I do during quarantine?

- ☐ I can read and sleep only
- ☐ I can play, read, work out, and do things that make me happy
- ☐ I can meet my friends

12. Why does quarantine exist?

- ☐ Because we are scared to go outside
- ☐ To stop the spread of the virus
- ☐ To protect ourselves from many different diseases

13. Where should we get informed about the virus?

- ☐ From magazines
- ☐ From our friends
- ☐ From official websites and from the Ministry of Health

14. What is the usefulness of vaccines?

- ☐ To strengthen our immune system against microorganisms that are highly contagious and can be lethal
- ☐ To only protect older people
- ☐ None of the above

15. Are there any vaccines for the new corona virus?

- ☐ Yes, few vaccines are currently available
- ☐ No
- ☐ No, they are not ready yet

1. What are the coronaviruses?

- ☐ A family of viruses which infects only animals
- ☐ A family of viruses which infects only humans
- ☐ A family of viruses which infects humans and animals and causes mainly respiratory infections in humans
- ☐ A family of viruses which infects humans and animals and causes mainly gastrointestinal infections

2. How does the immune system respond when a virus attacks the body?

- ☐ With antibodies
- ☐ With antigens
- ☐ Either with antibodies or with antigens
- ☐ With vaccines

3. What does it mean if someone is asymptomatic?

- ☐ That they have not got the virus
- ☐ That they can not transmit the virus
- ☐ That they have no symptoms
- ☐ None of the above

4. What is the incubation period of COVID-19?

- ☐ 2 to 14 days
- ☐ One hour
- ☐ One month
- ☐ We don't know

5. Are there groups of people that are at risk getting sick from COVID-19?

- ☐ Yes, mainly infants
- ☐ No
- ☐ Yes, elderly and vulnerable people
- ☐ We do not know

6. What is a pandemic?

- ☐ An epidemic of an infectious disease that spreads quickly throughout a region
- ☐ An epidemic of an infectious disease that spreads quickly throughout a continent or the whole planet
- ☐ An epidemic of an infectious disease that spreads slowly throughout a continent
- ☐ An epidemic of an infectious disease that affects a small number of people

7. What are the symptoms of COVID-19?

- ☐ Fever, Shortness of breath, tiredness, loss of smell or taste
- ☐ Only fever
- ☐ Only loss of smell and taste
- ☐ Only shortness of breath

8. If I have COVID-19 what should I do ?

- ☐ I should stay at home and get instructions from my doctor
- ☐ I should stay away from other people to avoid infecting them
- ☐ Get antibiotics
- ☐ Option 1 and 2

9. What is COVID-19?

- ☐ The new coronavirus 2019 is called SARS CoV-2, and the disease it causes is called COVID-19
- ☐ The COVID-19 is a disease that may be caused by coronavirus
- ☐ A new bacterium
- ☐ A new waterborne disease

10. Which test is most reliable for the identification of coronavirus?

- ☐ Molecular tests
- ☐ Antibody tests
- ☐ There is no test
- ☐ Taking your temperature

11. Does the spread of COVID-19 stop during the summer months?

- ☐ No ☐ Only when the temperature is high enough
- ☐ Yes ☐ The transmission of COVID-19 is reduced only in winter

12. What is a vaccine?

- ☐ A test for the detection of COVID-19
- ☐ An antibody test for the detection of COVID-19
- ☐ Vaccine is a biological preparation or substance that provides active immunity to a particular infectious disease
- ☐ None of the above

13. Can antibiotics protect us from COVID-19?

- ☐ Yes, they are necessary ☐ No, because antibiotics are active against bacteria
- ☐ Only specific antibiotics that we usually administer when we have fever or sore throat ☐ We don't know

14. What is the most appropriate human sample for the detection of coronavirus?

- ☐ Blood ☐ Urine ☐ Nasopharyngeal ☐ Any biological sample

15. Can patients with mild symptoms transmit the virus?

- ☐ Yes ☐ No
- ☐ Only in the first day of carrying the virus ☐ It is unknown

Συγχαρητήρια!

Κέρδισες τον κορωνοϊό! Έχεις τις γνώσεις να προστατέψεις εσένα και τους γύρω σου από την πανδημία!

Congratulations!

You won the fight against the SARS-Cov2!

You have all the knowledge you need to protect yourself and those around you from the pandemic!





Απαντήσεις

1^ο Επίπεδο / Ηλικίες 5-8

1. Μια νέα ασθένεια από το νέο κορωνοϊό
2. Στη Γουχάν της Κίνας
3. Με μικρά σταγονίδια από βήχα ή φτέρνισμα ή χειραψία
4. Ναι, αν τα έχει αγγίξει κάποιος που έχει μολυνθεί από COVID-19
5. Πλένουμε τα χέρια μας συχνά για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα
6. Φοράμε μάσκα, δεν βάζουμε τα χέρια στη μύτη και κρατάμε αποστάσεις
7. Αποφεύγω την επαφή με άτομα που αισθάνονται αδιαθεσία ή έχουν «κάτι σαν γρίπη», αποφεύγω το συνωστισμό
8. 2-14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό
9. Πυρετός, συμπτώματα γρίπης, δύσπνοια, απώλεια όσφρησης και γεύσης
10. Να μείνω στο σπίτι, μακριά από τους άλλους για να μη κολλήσουν και να δέχομαι οδηγίες από το γιατρό μας
11. Παίζω, διαβάζω, γυμνάζομαι, κάνω καλή διατροφή, προσέχω τους άλλους
12. Αν προσέχω, όχι
13. Τα παιδιά ηλικίας 5 ετών και κάτω δεν χρειάζεται να φορούν μάσκες
14. Για να μην εξαπλωθεί ο ιός
15. Από τους γονείς μας, τους δασκάλους μας και από επίσημες ιστοσελίδες

2^ο Επίπεδο / Ηλικίες 9-12

1. Μια νέα ασθένεια από τον νέο κορωνοϊό SARS COV2 που δεν είναι καλά γνωστή στους επιστήμονες και τους γιατρούς
2. Πολύ μικρότερο από τα μικρόβια
3. Πρέπει να χρησιμοποιήσει το κύτταρο ενός άλλου οργανισμού για να πολλαπλασιαστεί και να ζήσει
4. Ναι
5. Και τα δύο παραπάνω
6. Και τα δύο παραπάνω
7. Πυρετός, Δύσπνοια, κόπωση, πονοκέφαλος, απώλεια γεύσης και όσφρησης
8. 2-14 ημέρες μετά την έκθεση στον ιό
9. Να μείνω στο σπίτι και να είμαι σε επαφή με το γιατρό
10. Και τα δύο παραπάνω
11. Παίζω, διαβάζω, γυμνάζομαι, επικοινωνώ από μακριά με τούς φίλους μου και κάνω πράγματα που με ευχαριστούν
12. Για να μην εξαπλωθεί ο ιός
13. Από τις επίσημες ιστοσελίδες του Υπουργείου Υγείας
14. Σκοπός τους είναι να ενισχύσουν την άμυνα του οργανισμού απέναντι σε ιούς ή βακτήρια και να περιορίσουν νοσήματα με υψηλή μεταδοτικότητα και θνησιμότητα
15. Ναι, ενώ δοκιμάζονται και νέα εμβόλια

3^ο Επίπεδο / Ηλικίες 9-12

1. Οικογένεια ιών που μολύνει ανθρώπους και ζώα και δημιουργεί κυρίως αναπνευστικές λοιμώξεις στους ανθρώπους
2. Με τα αντισώματα και ολόκληρο το μηχανισμό του ανοσοποιητικού συστήματος
3. Ότι δεν έχει εμφανή συμπτώματα της νόσου
4. 2-14 ημέρες
5. Ναι, ευπαθείς ομάδες δηλαδή άνθρωποι με υποκείμενα νοσήματα και οι ηλικιωμένοι
6. Επιδημία ενός λοιμώδους νοσήματος με γρήγορο ρυθμό σε μια ήπειρο ή σε όλο τον πλανήτη
7. Πυρετός, Δύσπνοια, Κόπωση, Πονοκέφαλος, Απώλεια γεύσης και όσφρησης
8. Το 1 και 2
9. Ο νέος κορωνοϊός-2019 ονομάζεται SARS-CoV-2, ενώ η ασθένεια που προκαλεί ονομάζεται COVID-19
10. Τεστ μοριακού ελέγχου για την ανίχνευση του ιού που αξιολογεί ο γιατρός
11. Όχι
12. Μας βοηθάει να παράγουμε αντισώματα τα οποία μας προστατεύουν, έτσι ώστε εάν εκτεθούμε στο SARS-CoV-2 στο μέλλον, το ανοσοποιητικό μας σύστημα να είναι έτοιμο ώστε να μην αρρωστήσουμε
13. Όχι, γιατί το αντιβιοτικό αναστέλλει μόνο τα βακτήρια
14. Ρινοφαρυγγικό
15. Ναι

Answers

1st Level / Age 5-8

1. A new infectious disease caused by a newly discovered coronavirus
2. Wuhan, China It can spread from an infected person's mouth or nose, in small liquid particles, when they cough, sneeze. It can also spread by shaking hands with someone else
3. It can spread from an infected person's mouth or nose, in small liquid particles, when they cough, sneeze. It can also spread by shaking hands with someone else
4. Yes, if someone who is infected with COVID-19 has touched them
5. I should wash my hands very often for at least 20 seconds I should wash my hands very often for at least 20 seconds
6. We wear a mask in a proper way, do not touch our eyes, nose or mouth and stay at least 2m away from other people
7. We avoid contact with people who feel sick and stay at least 2m away from other people
8. The incubation period for the novel coronavirus is between 2 to 14 days after the exposure
9. Fever, shortness of breath, flu symptoms and loss of taste or smell
10. Stay home and follow the doctor's recommendations
11. Play, study, work out, protect others by staying away from them
12. No, if I am careful
13. Children, over the age of 5, should wear a mask
14. To stop the virus from spreading
15. From our parents, teachers and official websites

2nd Level / Age 9-12

1. A new disease caused by a newly discovered corona virus, that is not yet fully understood by doctors and scientists
2. Corona virus is much smaller than a bacterium
3. It needs a host cell to replicate
4. Yes
5. Both of the above
6. Both of the above
7. Fever, shortness of breath, flu-like symptoms and loss of taste or smell
8. 2 to 14 days after the exposure
9. Stay at home, and follow the doctor's recommendations
10. Both of the above
11. I can play, read, work out, and do things that make me happy
12. To stop the spread of the virus
13. From official websites and from the Ministry of Health
14. To strengthen our immune system against microorganisms that are highly contagious and can be lethal
15. Yes, few vaccines are currently available

3rd Level / Age 9-12

1. A family of viruses which infects humans and animals and causes mainly respiratory infections in humans
2. With antibodies
3. That they have no symptoms
4. 2 to 14 days
5. Yes, elderly and vulnerable people
6. An epidemic of an infectious disease that spreads quickly throughout a continent or the whole planet
7. Fever, Shortness of breath, tiredness, loss of smell or taste
8. Option 1 and 2
9. The new coronavirus 2019 is called SARS CoV-2, and the disease it causes is called COVID-19
10. Molecular tests
11. No
12. Vaccine is a biological preparation or substance that provides active immunity to a particular infectious disease
13. No, because antibiotics are active against bacteria
14. Nasopharyngeal
15. Yes



AEPSCOV

Answer, Escape, Protect yourself from COVID 19

Ρώτα, ξέφυγε, προστατέψου από τον Κορωνοϊό!!!

Για παιδιά και μεγάλους



EOSCsecretariat.eu has received funding from the European Union's Horizon Programme call H2020-IN-FRAEOSC-2018-4, grant Agreement number 831644



ISBN 978-618-5495-26-8