

# Coronavirus:

## Don't fear - Protect yourself

### *Knowledge is your shield*



**Wash your hands frequently and thoroughly** using soap or alcohol-based hand sanitizer. Avoid touching your nose, mouth and eyes.



**Cover your mouth and nose** with a tissue or in a bent elbow when you cough or sneeze. Immediately wash your hands.



**Throw used tissues** in a closed lined trash can.



**Avoid close contacts** if you are sick (cough, fever, runny nose, sore throat) or with people exhibiting these symptoms, especially the elderly or chronically ill.



If you develop a fever, cough or shortness of breath after traveling to an affected area, **call your doctor or the National Public Health Organization (210-521-2054)** and stay home.



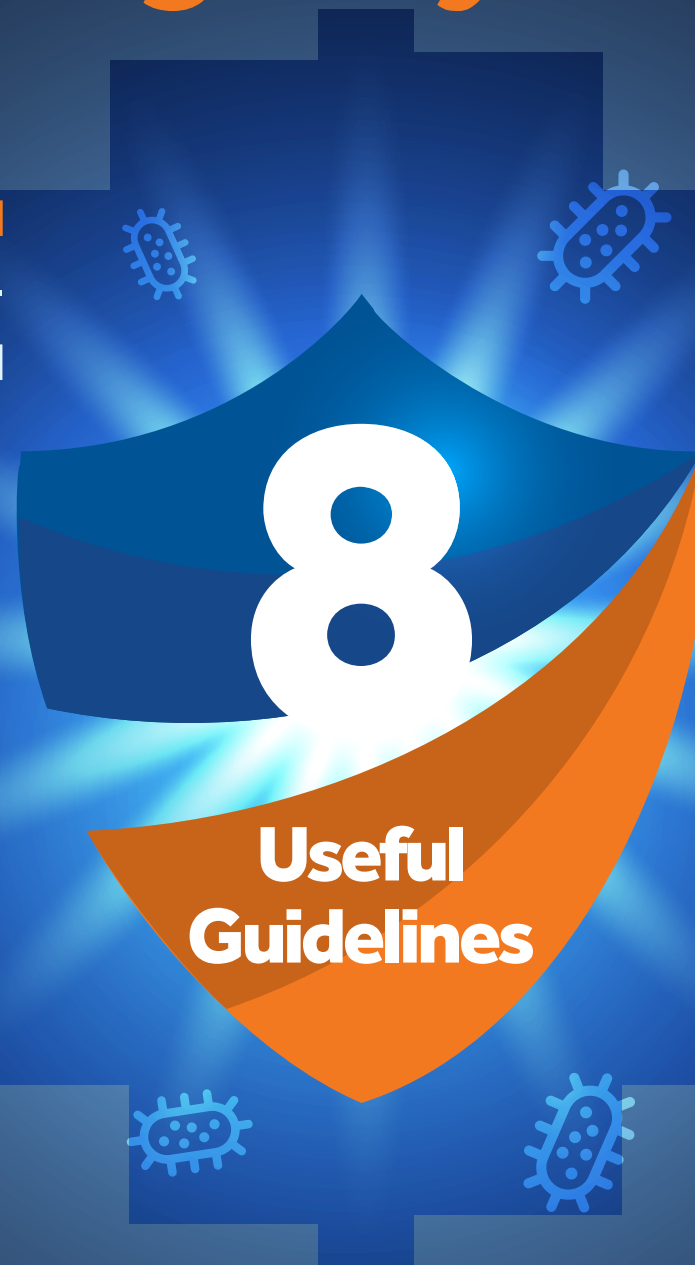
If you become sick while traveling, **tell a crew member immediately and seek medical help.**



**Wash your hands** before cooking, before and after caring for sick people and after contacting live animals.



Trust the information given by **experts and scientists.**



GENERAL SECRETARIAT  
FOR CIVIL PROTECTION



HELLENIC REPUBLIC  
Ministry of Citizen Protection



# Κορωνοϊός

## Δεν φοβόμαστε - Προστατευόμαστε



Πλένουμε συχνά και σχολαστικά τα χέρια μας με σαπούνι και νερό ή αλκοολούχο διάλυμα.



Όταν βήχουμε ή φταρνιζόμαστε, καλύπτουμε το στόμα και τη μύτη μας με τον αγκώνα ή ένα χαρτομάντηλο και πλένουμε αμέσως μετά τα χέρια μας.



Απορρίπτουμε το χαρτομάντηλο, αμέσως μετά τη χρήση, σε κλειστό κάδο.



Αποφεύγουμε τις κοντινές επαφές όταν παρουσιάζουμε συμπτώματα κρυολογήματος (όπως βήχα, πυρετό, καταρροή, πονόλαιμο) ή με άτομα που παρουσιάζουν αυτά τα συμπτώματα.



Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα πυρετού, βήχα ή δυσκολίας στην αναπνοή και έχουμε ταξιδιωτικό ιστορικό σε πληττόμενη περιοχή, επικοινωνούμε με το γιατρό μας ή με τον ΕΟΔΥ (τηλ. 2105212054) και παραμένουμε σπίτι μας.



Αν παρουσιάζουμε συμπτώματα κατά τη διάρκεια ταξιδιού, ενημερώνουμε αμέσως το πλήρωμα και αναζητούμε ιατρική βοήθεια.



Πλένουμε τα χέρια μας: όταν μαγειρεύουμε, όταν φροντίζουμε ασθενείς, όταν ερχόμαστε σε επαφή με ζώα.



Εμπιστευόμαστε τους ειδικούς και τους επιστήμονες για την πληροφόρησή μας.



ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ  
ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
Υπουργείο Προστασίας του Πολίτη