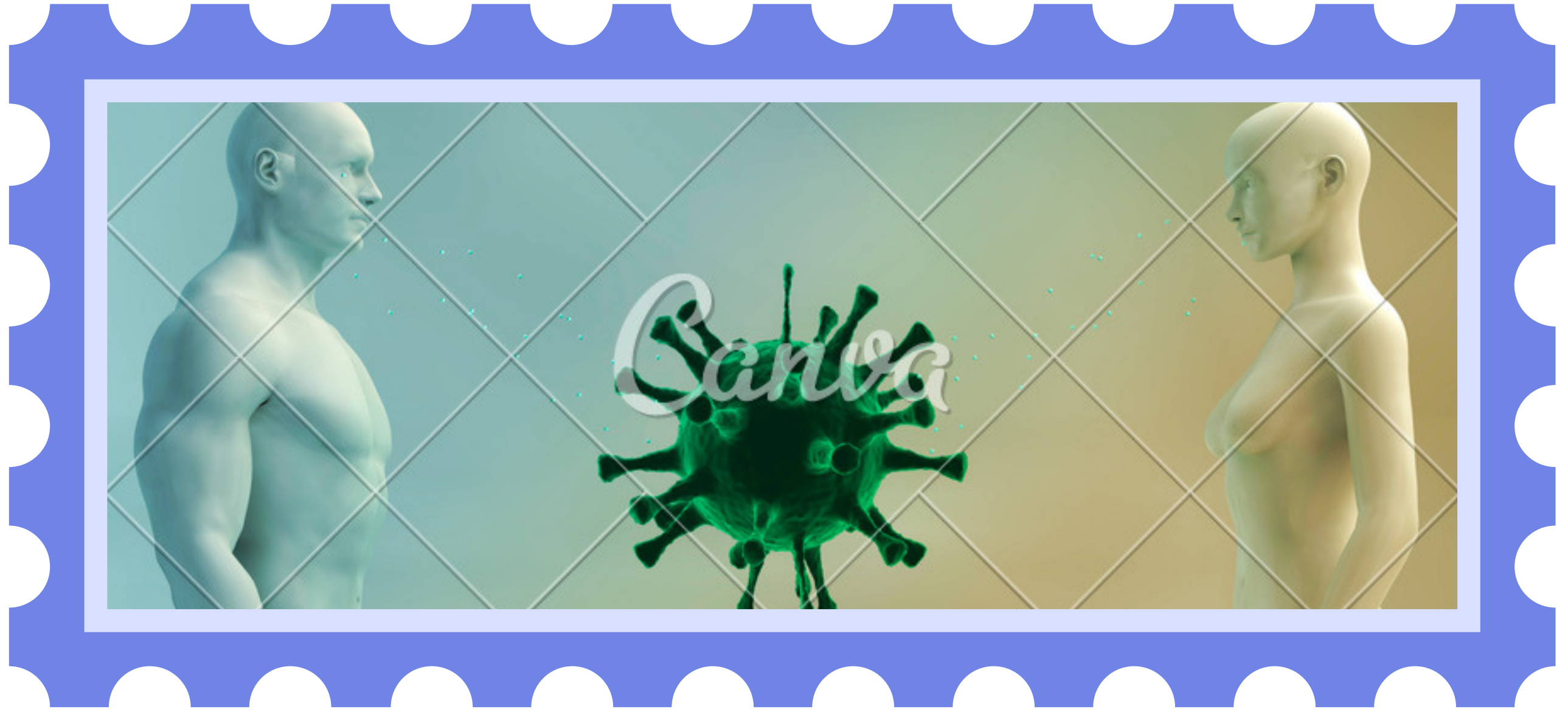


İSTİNYE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ
FAKÜLTESİ
ÇOCUK GELİŞİMİ BÖLÜMÜ

COVID-19'DAN KORUNMA
YÖNTEMLERİ VE ÇOCUKLARA
TEMİZLİK EĞİTİMİ

1.SINIF ÖĞRENCİLERİ
200205117-DEMET KIZILTAŞ
200205122-NAZLIÇAN GÜLEN



**Covid-19 Virüsü Nasıl
Yayılır?**



FILM NEGATIVE

FILM NEGATIVE



FILM NEGATIVE

Virüs esas olarak enfekte bir kişiden;
öksürme,
hapşıрма,
konuşma,
şarkı söyleme

yoluyla oluşan, solunum damlacıkları yakındaki
insanların ağızına, burnuna veya gözlerine girdiğinde
yayılır.





**Covid-19'dan Nasıl
Korunuz?**



Ellerinizi sık sık sabun ve su veya alkol bazlı bir el ovucu kullanarak yıkayın



Öksürürken veya hapşırırken ağzı ve burnu bükülmüş dirsek veya mendille kapatın.



Kullanılmış mendili hemen atın



**Kendinizle başkaları
arasında en az 1 metre
mesafe bırakın**



**Telefonlar, kapı kolları, ışık
düğmeleri ve tezgahlar gibi sık
dokunulan yüzeyleri düzenli olarak
temizleyin ve dezenfekte edin**



**Sizde veya çocuğunuzda ateş,
öksürük, nefes almada zorluk veya
COVID-19'un diğer semptomları
varsa erken tıbbi yardım isteyin.**



**Kalabalık yerlerden,
havalandırması zayıf olan kapalı ve
kapalı alanlardan kaçının ve halka
açık yerlerde insanlardan fiziksel
olarak uzaklaşmaya çalışın.**



**Topluluk iletiminin olduğu ve
fiziksel mesafenin mümkün olmadığı
halka açık yerlerde kumaş maskeler
takın.**



**Tüm kapalı alanları iyi
havalandırın**



**Çocuklarla Maskeler Hakkında Nasıl
Konuşulmalı?**

- Maske takarak çevremizdeki insanları, toplumun daha yaşlı ve savunmasız üyeleri de dahil olmak üzere nasıl güvende tutabileceğimizi açıklayın.
- Maske takmak, birbirimize değer verdiğimizi gösterir.
 - Çocuklarınıza ne düşündüklerini sorun ve vücut dillerinde veya ses tonlarında bir değişiklik gibi endişe belirtilerini arayın
 - Maskeleri evde bir süre birlikte takmayı deneyin ve yavaş yavaş çocuklarınızın maskeyi takmaya alışmasına yardımcı olmak için zaman yaratın.



- Maskeler birçok renk ve desende gelir ve çocuklar bunları kendilerini ifade etmek için bir fırsat olarak görürler.
- Bir maske veya kumaş seçmeyi eğlenceli bir aktiviteye dönüştürmeye çalışın ve mümkün olduğunca dahil edin.
- Unutmayın, çocuklarınız maskelerinin görünüşünü ne kadar çok severse, siz etrafta yokken bile giyme olasılıkları o kadar artar.
- Başarılı maske takma, yeni bir alışkanlık geliştirmekle ilgilidir, bu nedenle doğru davranışı ve tekrarı modellemek çok önemlidir.





Covid-19 Sürecinde Maske Kullanımı



Maske takarken;

- Maskeyi takmadan önce daima ellerinizi sabun ve suyla yıkayarak başlayın.
- Maskenin temiz olduğundan emin olun. Yırtık veya delik olup olmadığını kontrol edin. Kirli veya hasarlıysa takmayın.
- Maskeyi ağız, burnu ve çeneyi güvenli bir şekilde kapatacak ve yanlarda boşluk bırakmayacak şekilde ayarlayın.
- Nefes almanın rahat olduğundan emin olun.



Siz ve aileniz gün içinde maskeleri çıkarıp yeniden kullanmayı planlıyorsanız, bunları saklamak için temiz, yeniden kapatılabilir çantalar ta ıyın.

Ailenizdeki her maske için ayrı bir torba kullanın.

Maskeyi çantaya yerleştirirken veya çantadan çıkarırken, olası kirlenmeyi önlemek için maskeyi elastik halkalardan veya ba lardan (maske yüzeyine dokunmadan) tutun.

Takmadan önce ellerinizi yıkamayı unutmayın.



Maske çıkarırken;

- Maskeyi çıkarmadan önce ellerinizi yıkayın.
- Maskeyi elastik halkalar veya bağlardan tutarak çıkarın. Maskenin ön tarafına dokunmaktan kaçının.
- Maskeyi çıkardıktan sonra ellerinizi yıkayın.
- Kumaş maskeler her kullanımdan sonra yıkanmalı ve temiz bir çantada saklanmalıdır.
- Tıbbi maskeler tek kullanımlıktır ve kapalı bir kutuya atılmalıdır.



Maske Kullanırken Kaçınılması Gereken 6 Yaygın Hata



Maskenin burnun altına çekilmesi



Çenenin açık bırakılması



Maskenin çenenin altını çekilmesi



Maskeye dokunulması



Bol maske takılması



Kirli, hasarlı veya ıslak maske takılması



Küresel bir salgın sırasında, bir virüsün yayılmasını önlemenin en ucuz, en kolay ve en önemli yollarından biri, ellerinizi sık sık sabun ve suyla yıkamaktır.



**COVID-19 Karşı Korunmak İçin
Ellerinizi Nasıl Yıkamalıyız?**



Adım 1: Ellerinizi akan suyla ıslatın



Adım 2: Islak elleri kaplayacak kadar sabun uygulayın



3. Adım: Ellerin tüm yüzeylerini – ellerin arkası, parmak araları ve tırnak altları dahil – en az 20 saniye fırçalayın.



**Adım 4: Akan suyla
iyice durulayın**



**Adım 5: Ellerinizi
temiz bir bezle veya
tek kullanımlık havluyla
kurulayın**

ELLERİMİZİ NE KADAR SÜREYLE YIKAMALIYIZ?



Ellerinizi en az 20-30 saniye yıkamalısınız. Zamanlamanın kolay bir yolu, mutlu yıllar şarkısını iki kez söylemektir.



Aynısı el dezenfektanı için de geçerlidir: En az% 60 alkol içeren bir dezenfektan kullanın ve tam kapsama sağlamak için en az 20 saniye ellerinize sürün.

Ellerimi ne zaman yıkamalıyım?

Burnunuzu sildikten sonra,
Öksürdükten veya hapşırdıktan sonra,
Toplu taşıma araçlarını kullandıktan
sonra,
Pazarlar halka açık bir alanı ziyaret
ettikten sonra,
Para dahil, evin dışındaki yüzeylere
dokunduktan sonra,
Hasta bir kişiye bakmadan önce,
bakım sırasında ve sonrasında,
Yemekten önce ve sonrasında eller
mutlaka yıkanmalı



**Genel olarak, ellerinizi daima
aşağıdaki zamanlarda yıkamalısınız:**

Tuvaleti kullandıktan sonra

Yemekten önce ve sonra

Çöplere elledikten sonra

Hayvanlara ve evcil hayvanlara
dokunduktan sonra

Bebek bezlerini değiştirdikten veya
çocukların tuvaleti kullanmasına yardım
ettikten sonra

Ellerin gözle görülür şekilde
kirlendiğinde





**Covid-19
Salgınında Ev
ortamını ve
eşyaları
temizlerken
nelere dikkat
edilmelidir??**

Gün içerisinde ev birkaç defa havalandırılmalıdır.

Evde sık sık dokunulan kapı ve pencere kolları, dolap kulpları, masaların yüzeyleri, sandalye ve kanepelerin yüzeyleri ve kolları, mutfak tezgahı, banyo lavabosu, musluklar, prizler ve elektrik anahtarları gibi alanların günde en az bir kez dezenfektan ve suyla temizlenmesi önerilmektedir



Meyve-sebze gibi paketli olmayan ürünleri bol suyla iyice yıkayın.

Konserve kutusu gibi kaplar açılmadan veya dolaba konmadan önce bir dezenfektanla silinerek temizleyin.

Çocukların oyuncakları su ve sabunla sık sık yıkayın.

Temizlik sırasında ve sonrasında ev sık sık havalandırın.





**Covid-19'un
yayılmasını
durdurmaya
başka nasıl
yardımcı
olabilirim?**



01

Fiziksel mesafeyi uygulayın

02

Kendinizi iyi hissetmiyorsanız evde kalın ve soğuk algınlığı veya grip benzeri semptomları olan kişilerle yakın temastan kaçınin

03

Öksürürken veya hapşırırken ağzınızı ve burnunuzu bükülmüş bir dirsek veya mendille kapatın

04

Yüzünüze dokunmaktan kaçınin (ağız, burun, gözler)

05

Virüsle temas etmiş olabilecek yüzeyleri temizleyin ve genellikle yüzeyleri daha sık temizleyin



KAYNAKÇA

TİL, U. D. A. (2020). Yeni Koronavirüs hastalığı Hakkında bilinmesi gerekenler. Ayrıntı Dergisi, 8(85).

UNICEF, (2020, 17 Eylül). Koronavirüse (COVID-19) karşı korunmak için ellerinizi yıkamak hakkında bilmeniz gereken her şey. Erişim Adresi: <https://www.unicef.org/coronavirus/everything-you-need-know-about-washing-your-hands-protect-against-coronavirus-covid-19>

UNICEF, (2020, 14 Aralık) COVID-19 ve maskeler: Aileler için ipuçları. Erişim Adresi: <https://www.unicef.org/coronavirus/covid-19-and-masks-tips-families>

Erdinc, S., Kaya, M. U., & İrice, U. (2020). Covid-19 salgını döneminde evde iyi olma halini koruma rehberi. İstanbul: Anne Çocuk Eğitim Vakfı.