

# Women with Disabilities Australia [Γυναίκες με Αναπηρίες στην Αυστραλία]



**Για τον κορονοϊό.**

**Ονομάζεται επίσης COVID – 19.**



Αυτό το βιβλίο έχει θέμα τον **κορονοϊό**.



Γράψαμε αυτό το βιβλίο για **γυναίκες και κορίτσια με αναπηρία**.



Είμαστε οι Women With Disabilities Australia.

[Γυναίκες με Αναπηρίες στην Αυστραλία.]



## Τι είναι ο κορονοϊός;



Ο κορονοϊός είναι σαν άσχημη περίπτωση γρίπης ή κρυώματος.



Είναι ένας νέος ιός στην Αυστραλία.



Ο κορονοϊός έχει ονομαστεί **πανδημία**.  
Η **πανδημία** είναι ένας νέος ιός που έχει εξαπλωθεί σε διάφορες χώρες.



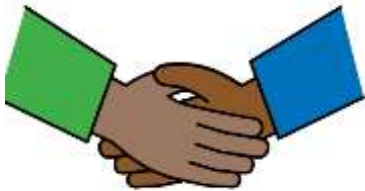
## Πώς μπορώ να προσβληθώ από τον κορονοϊό;

Μπορείτε να προσβληθείτε από τον κορονοϊό μέσω επαφής με άλλο άτομο που έχει τον κορονοϊό.

Όπως όταν κάποιος με τον ιό



- βήχει ή φταρνίζεται γύρω σας



- ανταλλάσσει χειραψία με εσάς
- αγγίζει κάτι που αγγίζετε εσείς



- μοιράζεται ποτό ή φαγητό με εσάς.



## Πώς μπορώ να μείνω υγιής;

Υπάρχουν πράγματα που μπορείτε να κάνετε για να προστατέψετε τον εαυτό σας και άλλους από την μετάδοση του κορονοϊού.

Μπορείτε



- να πλένετε τα χέρια σας με σαπούνι και ζεστό νερό
- να προσπαθείτε να μην αγγίζετε το πρόσωπό σας



- να μένετε μακριά από άτομα που είναι άρρωστα
- να αποφεύγετε μέρη με πολύ κόσμο



- να τρώτε φρούτα και λαχανικά
- να κοιμάστε αρκετά.



## Πώς ξέρω εάν έχω τον κορονοϊό;

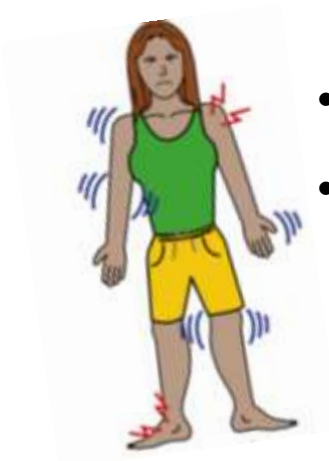
Εάν έχετε τον κορονοϊό μπορεί



- να έχετε βήχα
- να πονάει ο λαιμός σας



- να αισθάνεστε πολύ ζεστοί
- να έχετε πονοκέφαλο



- να έχετε πόνους στο σώμα σας
- να αισθάνεστε κούραση.



## Τι θα κάνω εάν αρρωστήσω;

Εάν δεν αισθάνεστε καλά ή έχετε συμπτώματα του κορονοϊού, πρέπει



- να μένετε σπίτι, εάν μπορείτε
- να προσπαθείτε να μην βλέπετε άλλα άτομα



- να καλύπτετε το στόμα σας όταν βήχετε
- να φοράτε μάσκα γύρω από άλλα άτομα.



- να καλέσετε τον γιατρό σας και να κλείσετε ραντεβού
- να τον ενημερώσετε ότι ενδέχεται να έχετε τον κορονοϊό
- μπορεί να σας κάνει τεστ για να δει εάν έχετε τον ιό.



## Πού θα βρείτε βοήθεια

Για να έχετε βοήθεια ή περισσότερες πληροφορίες για τον κορονοϊό, μπορείτε να επικοινωνήσετε με



### Coronavirus Health Information Line

[την Υγειονομική Γραμμή Πληροφοριών για τον Κορονοϊό]

καλέστε το..... 1800 020 080  
οποιαδήποτε στιγμή πρωί ή βράδυ.



### Health Direct

καλέστε το..... 1800 022 222  
οποιαδήποτε στιγμή πρωί ή βράδυ.



### Ambulance [το Ασθενοφόρο]

Εάν είστε πολύ άρρωστος ή δεν μπορείτε να αναπνεύσετε  
καλέστε το..... 000





## **National Relay service**

**[την Εθνική Υπηρεσία Αναμετάδοσης]**

Εάν είστε κωφός ή έχετε πρόβλημα ομιλίας

καλέστε το ..... 1800 555 677

Τηλέτυπο..... 133 677



## **Υπηρεσία Μετάφρασης και Διερμηνείας**

Εάν χρειάζεστε διερμηνέα

Καλέστε το ..... 131 450



## Περισσότερες πληροφορίες

Μπορείτε να έχετε περισσότερες πληροφορίες και ενημέρωση για τον κορονοϊό από



### World Health Organisation

[τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας]

- [www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)



### Την Αυστραλιανή Κυβέρνηση

- [www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert](http://www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert)



## Σας ευχαριστούμε

### Ποιος έγραψε αυτό το βιβλίο;

Οι Women with Disabilities Australia [Γυναίκες της Αυστραλίας με Αναπηρίες] έγραψαν αυτό το βιβλίο το 2020.

Αυτό το βιβλίο παρέχει μόνο γενική εκπαίδευση και πληροφορίες.

### Πνευματικά Δικαιώματα

© Copyright [Πνευματικά Δικαιώματα]

Women with Disabilities Australia (WWDA) Inc. 2020 [Γυναίκες με Αναπηρίες στην Αυστραλία]

Όλα τα δικαιώματα πνευματικής ιδιοκτησίας, συμπεριλαμβανομένων των πνευματικών δικαιωμάτων και της πατέντας, σε αυτό το βιβλίο είναι ιδιοκτησία και αδειοδοτημένα από τις Women with Disabilities Australia Inc. [Γυναίκες με Αναπηρίες στην Αυστραλία]

### Οι εικόνες που χρησιμοποιήθηκαν σε αυτό το ενημερωτικό φυλλάδιο

Easy on the I Images © 2019 Leeds and York Partnership NHS Foundation Trust. Χρησιμοποιήθηκαν με άδεια.

[www.easyonthei.nhs.uk](http://www.easyonthei.nhs.uk)

The Picture Communication Symbols © 2019 by Mayer Johnson LLC a Tobii Dynavox company. Χρησιμοποιήθηκαν με άδεια.

[www.tobiidynavox.com](http://www.tobiidynavox.com)