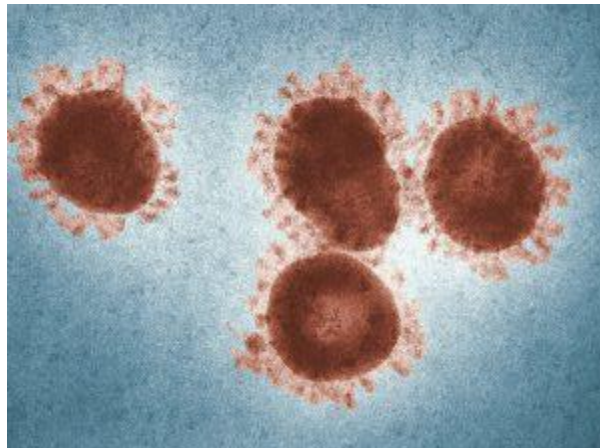


Információk a koronavírusról és a szabályokról



**Könnyen érthető kommunikációval
készült tájékoztató kiadvány**



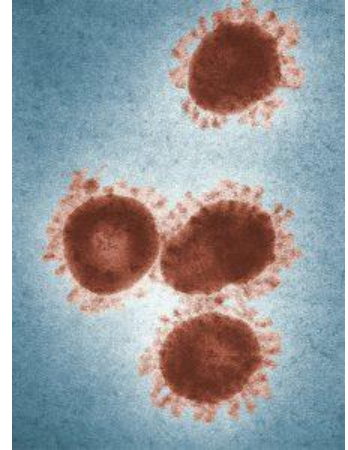
Készítette: Farkasné Dr. Gönczi Rita

2020.

Könnyen érthető kommunikáció - Könnyen érthető élet

A koronavírus

A világban sokféle vírus él.
Például a koronavírus.
Sokféle koronavírus él a világban.
Néhány koronavírus nem veszélyes.
Néhány koronavírus veszélyes.
Most a világban a COVID-19 nevű koronavírus terjed.
A koronavírus láthatatlan, kicsi vírus.
A koronavírus betegséget okoz.



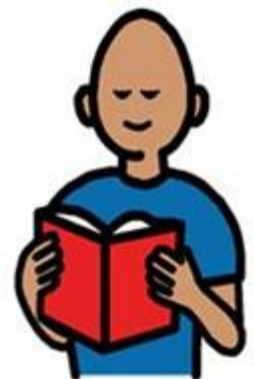
Magyarországon is több koronavírusal fertőzött embert kezelnek.
A súlyos betegeket kórházban gyógyítják.
A enyhén betegeket otthon gyógyítják.

Ön hogyan védekezik a koronavírus fertőzés ellen?

Ha megfertőződik, másokat is megfertőzhet.

Ebben a kiadványban hasznos információkat olvashat a koronavírusról.

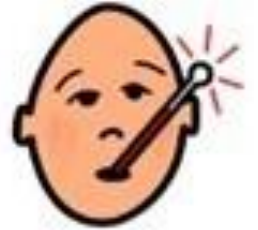
Olvassa el a koronavírus hatását a testünkre!
Olvassa el, hogyan védekezhet a koronavírus ellen!
Olvassa el, mit csináljon koronavírus tünetekor!
Olvassa el, mik a szabályok a fertőzés elleni védekezésben!



További információk a www.konnyenertheto.gonczirita.hu honlapon.

A koronavírus hatása

Az emberek többségén **enyhe tünetek** jelennek meg.
Például láz, köhögés, izomfájdalom, légszomj, fáradékonyság.

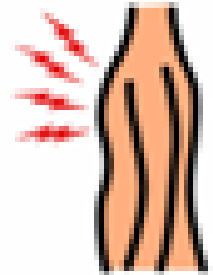


Néhány embernél **súlyos tünetek** jelennek meg.
Például tüdőgyulladás, légzés gyengülése, vér keringésének lassulása.

A súlyos tünetek krónikus beteg embereknél jelentkeznek.

Krónikus betegség például a magas vérnyomás,
cukorbetegség, asztma.

A súlyos tünetek idős embereknél jelentkezhetnek.



A koronavírus terjedése

A koronavírus cseppfertőzéssel terjed.

Cseppfertőzés például köhögés,
tüszentés, kilégzés másik emberre.

Fertőzhet a koronavírussal fertőzött tárgyak megfogása kézzel,
majd a fertőzött kézzel a száj vagy szem érintése.



A tünetmentes emberek is fertőznek.

Például megfertőzhet beteg embert vagy idős embert.

Ők veszélyeztetettek, mert gyenge lehet az immunrendszerük.

Az immunrendszer a testünk védelmező része.

Az immunrendszerünk véd meg minket a betegségektől.

A koronavírus fertőzés megelőzése

Fontos a fertőzés megelőzése!

Olvassa el, mit tehet a fertőzés megelőzésére!

Kézmosás

Mosson kezet sokszor és alaposan!

Nézze meg, hogyan kell alaposan kezet mosni!

Klikkeljen a linkre: <https://youtu.be/UPDUs6wYiuQ>



A képsorozaton látható a kézmosási szokás.



Zsebkendőbe tüszentés

Mindig **tüsszentsen** zsebkendőbe.

A zsebkendőt dobja ki a kukába!

Ha a könyökhajlatába tüszent, mossa ki majd a ruháját!



Tilos az érintkezés

Tilos a kézfogás!

Tilos a puszi!

Tilos a lázas betegek érintése!



Feladatok koronavírus fertőzéskor

Figyelje meg!

- Figyeljen a tüneteire!
 - Enyhe tünetek: láz, köhögés, fáradékonyság.
 - Súlyos tünetek: magas láz, mellkasi fájdalom, légszomj.
- Kapcsolatban volt fertőzött országból érkező emberrel.
- Kapcsolatban volt fertőzött emberrel.



Ne menjen be a rendelőbe vagy a kórházba.

Útközben megfertőzhet sok másik embert.

Hívja fel a háziorvosát vagy az ügyeletes orvost vagy a mentőt!

Írja fel előre a háziorvosa telefonszámát!

A mentő telefonszáma: 104.

Általános segélyhívó szám: 112.



Telefonáláskor a következőket kell elmondani:

- Mutatkozzon be!
- Mondja el a tüneteit!
- Mondja el, hogy koronavírus fertőzésre gondol!
- Mondja el, hogy találkozott-e koronavírusal fertőzött emberrel!
- Válaszoljon az orvos kérdéseire!

Az orvos megmondja, hogy mit csináljon majd.



Szabályok a koronavírus fertőzés idején

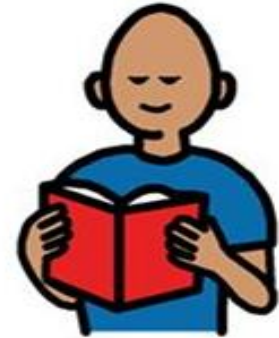
A koronavírus gyorsan terjed.

A koronavírus terjedését lehet lassítani.

Olvassa el a magyarországi szabályokat!

Fontos ismerni és betartani a szabályokat!

A szabályok változhatnak a koronavírus fertőzés miatt.



Maradjon Otthon!

A legfontosabb szabály.

Maradjon otthon, mert akkor nem kapja el a koronavírus.

Ha már elkapta a koronavírus, maradjon otthon.

Otthon maradva nem fertőz más embereket.

Az otthon maradás azt jelenti, hogy

valóban **otthon tartózkodik**.



Csak a legfontosabb ügyekben megy az utcára.

Például **csak élelmiszert vásárol**.

[Ide klikkelve kereshet](#)

[könnyen érhető kommunikációval készült étel recepteket.](#) 

Tartson kapcsolatot találkozás nélkül!

Ne találkozzon a rokonaival, barátaival, ismerőseivel!

Tartsa a kapcsolatot másként!

Például telefonáljon vagy küldjön üzenetet.

Írhat e-mailt vagy chat üzenetet vagy postai levelet.

Videó beszélgetést is csinálhat az Interneten.



Iskola, óvoda, bölcsőde látogatás tilalma

Csak tanárok mehetnek be az iskolába.

A tanulóknak otthon kell maradniuk.

A tanulók otthon tanulnak.

A tanár Interneten küldik a feladatot.

A feladatok számítógépre vagy mobiltelefonra érkeznek.

Otthon **meg kell oldani a feladatokat.**

[Olvashat könnyen érthető kommunikációval írt ismertetőket.](#)



A kisgyermekekre most a szülők vigyáznak.

A kisgyermek a 14 évesnél fiatalabb gyerek.

Ha a szülő nem tud vigyázni a gyerekre, akkor az iskolában kis csoportban vigyáznak rá.

Az iskolai kis csoport is lehet koronavírus fertőzés veszélyes.

A nagyszülők nem vigyázhatnak a gyerekekre.

A nagyszülőkre veszélyes a koronavírus.



Sok intézmény bezárt

A kórházakban beteg emberek fekszenek.

A koronavírus veszélyes a beteg emberekre.

A kórházba csak kórházi dolgozók mehetnek be.

Tilos a látogatás a kórházakban!



A bentlakásos intézményekben emberek laknak együtt.

A koronavírus gyorsan fertőz közösségekben.

Csak az intézmény dolgozói mehetnek be.

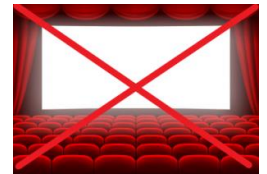
Tilos a látogatás a bentlakásos intézményekben!



Bezártak olyan szolgáltatók, ahol sok ember lehet együtt.

Bezártak a mozik, a színházak, az állatkert, az uszodák.

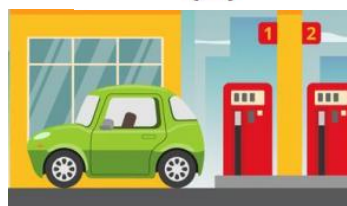
Az éttermek csak 15 óráig lehetnek nyitva.



Nyitva tartó boltok

15 óra után is nyitva marad:

- élelmiszerbolt
- drogéria
- gyógyszertár
- háztartási üzlet
- benzinkút
- dohánybolt



Bentlakásos intézményben a koronavírus idején

Sok ember él bentlakásos intézményben.

A bentlakásos intézmény egy közösség.

Különböző bentlakásos intézmény működik.

A lakóotthonokban családiában élnek együtt az emberek.

A nagy intézményben kevésbé családiás az élet.



Az intézményben szabályok szerint élnek az emberek.

Például megvan a reggeli ideje, vagy a foglalkozások ideje.

Az intézményben a gondozók segítenek az élet szervezésében.

Sok látogató érkezik a lakókhoz.

Látogató például a lakó családja, barátja, ismerőse.

A látogatók kintről jönnek az intézménybe.



Most koronavírus fertőzés van.

A látogatók veszélyesek lehetnek.

Például bevihetik magukkal a koronavírusot.

Az intézményben gyorsan terjedhetne a koronavírus.

A veszély miatt tilos a látogatás az intézményben.



Az intézményben biztonságban vannak az emberek.

Tudnak enni, inni, aludni, beszélgetni.

Szabadon tudnak élni.

A gondozók segítenek ellátni a lakókat.



A látogatókkal megváltozik a kapcsolat.

A család biztosan hiányzik.

A barát is biztosan hiányzik.

A jó ismerősökkel való beszélgetés is hiányzik.

Ilyenkor szomorú az ember.

A szomorúság most nem segít.

Gondolja végig, hogyan tudja tartani a kapcsolatot a látogatókkal.

Például kérje meg a segítőjét, hogy beszéljen a családjával.

Kérje meg a családot, hogy hívják fel Önt.

Beszélgék meg, hogy hogyan beszélgetnek.

Például telefonon, számítógépen.

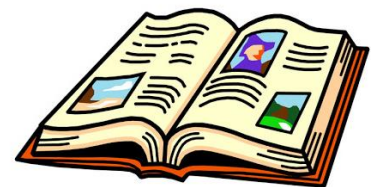
Írja be a naptárába, hogy mikor beszélgetnek.



A családja szeretné, hogy ön biztonságban legyen.

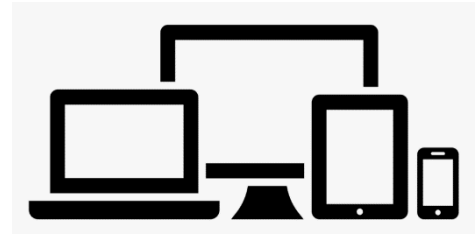
Ötletek, hogy gondoljon a látogatóira:

- Tegyen ki fényképet az asztalára!
- Írja be előre, hogy mikor beszélgetnek!
- Készítsen meglepetést a látogatónak!
- Vegyen részt sok intézményi programban!
- Segítsen az intézményi dolgozóknak!



Így gyorsabban telik az idő!

További információk a koronavírus fertőzésről



Klikkeljen a **Nemzeti Népegészségügyi Központ** honlapjára:

<https://www.nnk.gov.hu/index.php/lakossagi-tajekoztatok/koronavirus>

Hívhatja a 06-80-277-455 vagy 06-80-277-456 telefonszámokat!

E-mailt írhat a koronavirus@bm.gov.hu e-mail címre.

Az Információk a koronavírusról és a szabályokról című kiadványt könnyen érthető kommunikációval készítette Farkasné Dr. Gönczi Rita gyógypedagógus a koronavírusról a <https://koronavirus.gov.hu> hivatalos honlap információi és érintett családtagok javaslata alapján. A kiadványban összeállított információk elérhetőek a www.konnyenertheto.gonczirita.hu oldalon.

A kiadványban használt képek az Internetről származnak. A képek többsége boardmakeronline.com oldalról származik.

A kiadvány kereskedelmi forgalomba nem kerülhet. Az egészségügyi vészhelyzetben nyújt információkat a megértési nehézséggel élő emberek számára, és bárki számára, akinek hasznos lehet.