

گزارش عملکرد

کمپین دانشجویی #من_ماسک_میزنم
کانون های دانشجویی همیاران بهداشت و سلامت روان دانشگاه فرهنگیان



دانشگاه فرهنگیان



کانون های دانشجویی همیاران بهداشت و سلامت جسم و روان
دانشگاه فرهنگیان

دانشگاه فرهنگیان
معاونت دانشجویی
اداره کل مشاوره، بهداشت و سلامت
تابستان ۱۳۹۹

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



دانشگاه گیلان



کانون های دانشجویی بهداشت و سلامت جسم و روان
دانشگاه گیلان



رهبرانقلاب در ارتباط تصویری با نمایندگان مجلس:

**وقتی برخی ماسک نمی‌زنند
من از آن پرستار فداکار
خجالت میکشم**

عید صومعه
رهبرانقلاب اسلامی
۱۳۹۹/۰۴/۲۲

من وقتی می‌بینم بعضی‌ها همین چیز ساده، همین ماسک را نمی‌زنند، من از آن پرستار خجالت میکشم که آن‌ها را دارند فداکاری میکنند. من خواهم میکنم همه در این زمینه فعالیت کنند بتوانیم در ظرف مدت کوتاهی این زنجیره سرایت را قطع کنیم و کشور را به ساحل نجات برسانیم.

مجلس شورای اسلامی
KHAMENEI.IR

پیوستن به پوشش دانشجویی «#من - ماسک- می زنم» در دانشگاه فرهنگیان



دانشگاه فرهنگیان

معاونت دانشجویی دعوت کرد:

پیوستن به پوشش دانشجویی «
#من - ماسک- می زنم» در دانشگاه
فرهنگیان

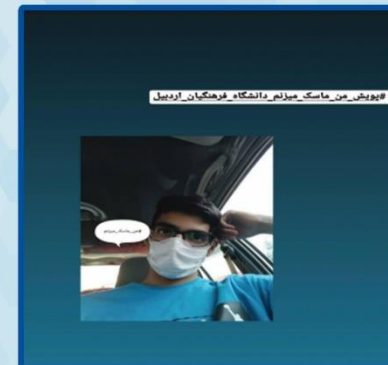
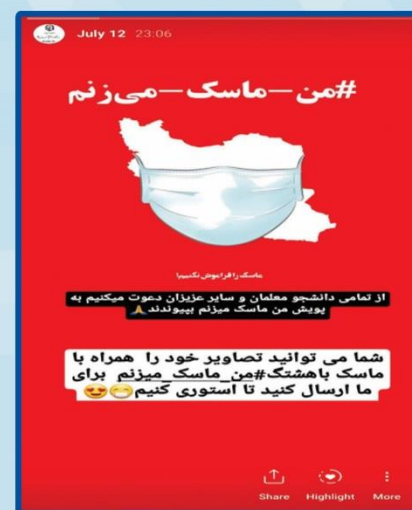


استان اردبیل

پردیس علامه طباطبایی اردبیل

ارائه پوستر

انتشار فراخوان



پیوستن دانشجو
معلمان و کارکنان
پردیس به پوشش

استان اردبیل

واحد آزادگان نیر

ارائه پوستر و بروشور



تب سنجی و توزیع ماسک و دستکش



انتشار پوستر و فراخوان از تلویزیون
سالن مرکزی



تعبیه دستگاه ضد عفونی



ضد عفونی مرکز



توجیه دانشجویان برای رعایت پروتکل



استان اصفهان

پردیس فاطمه الزهرا (س)

برگزاری مسابقه خاطره نویسی کرونا

طراحی پوستر



برگزاری دوره های آموزش مجازی از سایت آموزشی who ترجمه پوستر و مطالب آموزشی از سایت who



ارائه پاورپوینت آموزشی استفاده از ماسک

استان اصفهان

مرکز شهید آیت نجف آباد

طراحی پوستر



اطلاع رسانی پویش در کانال ها و گروه های دانشجویی مرکز

نشر مطالب در رابطه با ماسک و پویش در فضای مجازی



#من_ماسک_میزنم

تشویق دانشجو معلمان به پیوستن به پویش
#من-ماسک- می زنم در فضای مجازی

استان البرز

پردیس امیرکبیر البرز



طراحی بروشور

ساخت موشن گرافی

طراحی پوستر

زندگی با ماسک

گروه هدف: عمومی مردم
تیم: گستره نوآوری
سال: ۱۳۹۹
Zahraashokoh1379@gmail.com

توجه: طایفه برای استفاده صحیح از ماسک

- ۱- دست‌ها را پیش از لمس ماسک با آب و صابون بشوید.
- ۲- از ماسک‌های یک‌بار مصرف استفاده کنید.
- ۳- ماسک را به گونه‌ای روی صورت قرار دهید که بین ماسک و پوست تماس نداشته باشد.
- ۴- پس و پیش از هر بار استفاده ماسک را با دست خود بردارید.
- ۵- ماسک‌های آلوده را در سطل زباله یا سطل مخصوص ماسک‌های دور ریخته شده قرار دهید.
- ۶- پس از برداشتن ماسک، دست‌ها را با آب و صابون بشوید.

مسلک ۱ از ۶

از من ماسک میزنم

کرونا هنوز تمام نشده ...
از کرونا را شکست میدهیم

طراح:
نگین میری خراسانی
دانشجوی کارشناسی
پوینت: علوم تربیتی

0.09

#من - ماسک - میزنم

تا بار دیگر بتوانم **لبخند**
کودکان سرزمینم را ببینم:

طراح پوستر: مریم فاتحی ورودی ۹۸ پردیس امیرکبیر استان البرز

یک ماسک کوچک، یک پیام بزرگ

من مراقب تو هستم!

#من ماسک میزنم

#کرونا را شکست میدهیم

استفاده از ماسک ۸۵ درصد، رعایت فاصله فیزیکی یک متر، احتمال انتقال ویروس را کاهش می‌دهد.

منابع: دانش روز، مهرماه ۱۳۹۹

#بهرای سلامتی خودمان
و عزیزانمان ماسک بزنیم

#بکر و نادر کمین است

راهنمای ماسک بزن



استان ایلام

پردیس شهید مدرس

توزیع ماسک



طراحی پوستر



طراحی بروشور

خطرناک

۱	فدا کردن در بوفه سرسبز
۲	ورزش کردن در باشگاه
۳	شهرداری
۴	سینما
۵	کسرترا
۶	رفتن به کسرترا و ورزش
۷	فرهنگ در عروسی
۸	رفتن به کافی شاپ

در زمان فراگیر شدن بیماری آلوده‌ای اسپانیایی در جزایر ساموآی غربی این جزایر چیزی حدود ۲۵ درصد از جمعیت خود را از دست داد. اما خبری از ساموآی اسپانیایی که حدوداً ۶۰ کلونتری این جزایر قرار دارند نداشتند. فرقی که بین این جزایر وجود داشت تفاوتی بود که این بیماری را به سایر مناطق رشد اقتصادی بیشتری داشتند

در شهر میلواکی آمریکا مسئولان به سرعت اقدام به تشکیل پویش های جلوگیری از بیماری کردند و با بستن فروشگاه ها و اماکن عمومی و لغو کردن مراسمات توانستند گسترش بیماری را کنترل کنند اما به هوشدار های اعلام شده اقدام به برگزاری جشن ها نکردند که باعث افزایش آلودگی به گسترش بیماری شد و همچنین به دلیل پر شدن مراکز درمانی امکان رسیدگی به تمام بیماران وجود نداشت و در نتیجه دوازده هزار نفر در این شهر شد

دانشگاه پزشکی ایلام
دانشگاه پزشکی ایلام
دانشگاه پزشکی ایلام

در سال ۱۹۱۸ با فراگیر شدن بیماری آلوده نوری اسپانیایی که طبق برخی آمار موجب مرگ حدود ۱۰۰ میلیون نفر در سراسر جهان شد. کشور ها نیز به دلیل شدن کسب و کار های متنوع دچار بحران شدیدی شد. جواب این است که مناطقی که مسی دانند با باز نگه داشتن مغازه ها و کسب و کار های غیر ضروری تا حدی از شدت آسیب اقتصادی بکاهد بعد ها نسبت به سایر مناطق رشد اقتصادی بیشتری داشتند

فر حریان شوق وپرسی آلوده نوری اسپانیایی در کشور استرالیا مسئولان این کشور با تدبیر و اجرای دقیق پروتکل های بهداشتی مناسب و زیر بار کمک مردم توانستند با آمادگی کامل موج دوم این بیماری را کنترل کنند و آمار مرگ و میر را به حداقل برسانند اما درست پس از آنکه فکر میکردند همه چیز تمام شده است و دیگر نازی به رعایت پروتکل های بهداشتی ندارند موج سوم این بیماری به سرعت در سراسر کشور گسترش یافت و موجب جان باختن بیش از ۱۳ هزار نفر شد

دانشگاه پزشکی ایلام
دانشگاه پزشکی ایلام
دانشگاه پزشکی ایلام

ارائه فایل ها آموزشی

ماسک زدن چقدر در پیشگیری از کرونا مهم است؟

مهم ترین توصیه و تاکید وزارت بهداشت در موج جدید بیماری کرونا، استفاده از ماسک است، اما پرسش برخی شهروندان این است که زدن ماسک، چقدر مهم و اثرگذار در پیشگیری از ابتلا به این بیماری است.

است. اما، طبق شواهد موجود، مرکز پیشگیری و کنترل بیماری های آمریکا کمی سازی اثرات پوشیدن ماسک را تأیید نکرده و آن را «حسباً اشتباه» نامیده است و در حال حاضر چنین اطلاعاتی در دسترس نیست.

برخی از مطالعات همچون موارد بالا در مورد اثربخشی استفاده از ماسک انجام شده است، اما هیچ کدام شواهد کافی برای اثبات چند ادعا، مانند: کاهش ۱۰۰ درصدی انتقال

۲) دهان و بینی خود را با ماسک بپوشانید و مطمئن شوید که بین صورت شما و ماسک هیچ فاصله ای وجود ندارد.

۳) زمانی که از ماسک استفاده می کنید، از دست زدن به (جلوی) ماسک پرهیز کنید؛ اگر به (جلوی) ماسک دست زدید، دست های خود را با آب و صابون بشوید یا با محلول های الکلی ضدعفونی کنید.

دانشگاه پزشکی ایلام
دانشگاه پزشکی ایلام
دانشگاه پزشکی ایلام



استان ایلام

پردیس امام جعفر صادق(ع)

ارائه پوستر

چند توصیه کرونایی برای پوشش و خوراکی دانش آموزان



کانون همیاران پردیس امام جعفر صادق(ع) استان ایلام

ماسک رفتن و ماندن که

در حین استفاده از ماسک‌ها:

- به ماسک‌ها دست نزنید
- پشت ماسک را با دست نزنید
- پشت ماسک را با دست نزنید
- پشت ماسک را با دست نزنید

پس از استفاده از ماسک:

- پشت ماسک را با دست نزنید
- پشت ماسک را با دست نزنید
- پشت ماسک را با دست نزنید
- پشت ماسک را با دست نزنید

استفاده ماسک، خطر انتقال کرونا را ۴ برابر می‌کند

نکته: استفاده از ماسک در مکان‌های شلوغ و بسته‌نشین، به ویژه در فصل سرما، می‌تواند به انتقال ویروس کرونا منجر شود.

توصیه: استفاده از ماسک در مکان‌های شلوغ و بسته‌نشین، به ویژه در فصل سرما، می‌تواند به انتقال ویروس کرونا منجر شود.

کانون همیاران پردیس امام جعفر صادق(ع)

#من-ماسک-می‌زنم

#بخطرم

#بخطرم همکارانم

#بخطرم سلامت خودم

#بخطرم سلامت شما

#بخطرم سلامت خانواده‌ام

#بخطرم سلامت جهان

و همین لباس زیباترین آویز است...

استان آذربایجان شرقی

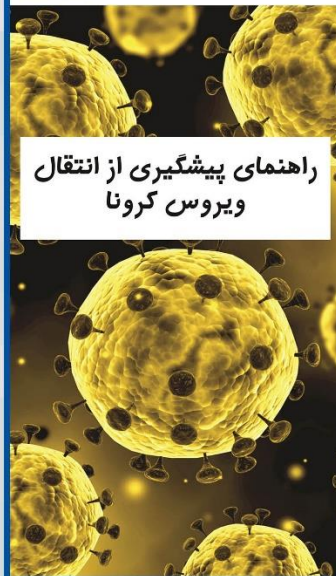
پردیس علامه امینی

طراحی بروشور

طراحی پوستر



امور دانشجویی پردیس علامه امینی تبریز
#من_هم_ماسک_می_زنم
دانشگاه تبریز



راهنمای پیشگیری از انتقال ویروس کرونا

تکته بسیار مهم در این است که قبل از گذاشتن و برداشتن ماسک های پزشکی بر روی صورت و باید دست ها را با آب و صابون یا مواد ضد عفونی کننده پایه الکلی شست.

چگونگی در آوردن ماسک های پزشکی:

* قبل از دست زدن به ماسک برای برداشتن آن، دست های خود را با آب و صابون و مواد ضد عفونی کننده بهداشتی بشویید.

* نخ ماسک را از پشت سر و گوشتان بدون آنکه به جلوی ماسک دست بزنید؛ باز کنید.

* در هنگامی که ماسک را در می آورید، آن را به جلو هدایت کنید تا ماسک از صورتتان دور شود.

* ماسک های پزشکی یکبار مصرف می باشند و پس از استفاده از آن، فوراً آن را از بین ببرید.

* بعد از تماس با ماسک و در آوردن آن، دست های خود را بشویید.

* مطمئن باشید از موقعیت ماسک و اگر مرطوب شده باشد آن را عوض کنید.

روش صحیح استفاده از ماسک



پیشگیری و رعایت اصول بهداشتی مهم ترین توصیه متولیان سلامت کشور برای پیشگیری از ابتلا به کرونا ویروس جدید است:

یکی از سوالات رایج در پیشگیری از ابتلا به این ویروس، استفاده از ماسک های تنفسی است و اینکه آیا این ماسک ها در جلوگیری از انتقال ویروس مؤثرند؟

در این زمینه باید گفت که ماسک های مورد استفاده در مراکز درمانی که با عنوان ماسک های جراحی شناخته می شوند، کار بردشان برای جلوگیری از ورود فطرات ریز مایعات و یا ذرات درشت معلق در هوا به سیستم تنفسی است.

مراقب باشیم تا پشیمان نشویم

من _ ماسک _ میزنم

امور دانشجویی پردیس
علامه امینی تبریز



دانشگاه تبریز

استان آذربایجان شرقی

پردیس فاطمه الزهرا (س)

طراحی پوستر

طراحی بروشور

اسول صحیح ماسک زدن در هنگام شیوع کرونا

هنگام قرار دادن ماسک بر روی صورتتان دقت کنید که روی دهان و بینی‌تان را به صورت کامل بپوشاند و بررسی کنید تا هیچ شکافی بین ماسک و صورتتان نباشد. زمانی که ماسک مرطوب شد در اولین فرصت آن را تعویض کنید زیرا دیگر فایده صرف آن به اتمام رسیده است.

توجه داشته باشید که نباید از ماسک های یک بار مصرف چندین بار استفاده کنید.

برای برداشتن ماسک از روی صورتان آن را از پشت بگیرید و قسمت جلویی ماسک که متعلق قرار می‌گیرد را لمس نکنید. بلافاصله پس از برداشتن ماسک آن را با مایع شست و شوی مناسب و دستن خود را با مایع الکلی یا آب و مایون به صورت کامل شستشو دهید.

دانشجو معلم: مریم نجفی اقدم
سال تحصیلی ۱۴۰۰ - ۱۳۹۹

این استفاده از ماسکها از لمس کردن آن خودداری کرده و در صورت نیاز دستان خود را با آب و مایون نشسته داده یا ضدعفونی کنید.

فاطمه مرگ و زارنگ

پیش از قرار دادن ماسک بر روی صورتان ابتدا دستان خود را با آب و مایون شسته یا دستمال های پاک کننده آغشته به الکل تمیز کنید.

اسول صحیح!
ماسک به هیچ وجه نباید برای کودکان زیر دو سال و یا افرادی که عوارض تنفسی استفاده شود.



بایدها و نبایدهای استفاده از ماسک:

عدم استفاده از ماسکهای آلوده.
بروز از قرار دادن ماسک زیر بینی.
عدم استفاده از ماسکهای تار و کنده.
عدم لمس قسمت جلویی ماسک.
اجتناب از برداشتن ماسک حین صحبت با دیگران.
بروز از قرار دادن ماسک در محل خنثی می‌دانگران.
نست و شوی دست با فانی و بعد از لمس کردن ماسک.
ورس ماسک از نظر سلامت.
استفاده از قسمت زکلی به سمت بیرون. قرار گرفتن قسمت قلابی روی بینی، پوشاندن کامل دهان، بینی و چانه.
عدم تماس بین صورت و ماسک.
بروز از لمس کردن ماسک، برداشتن ماسک از قسمت بند آن.
دور کردن ماسک از عقال صورت و انداختن ماسک استفاده شده در سطل زباله بعد از قرار دادن در سطل پلاستیکی.

ماسک مهمترین عامل پیشگیری از ابتلا به کرونا

بیش از ۸۵ درصد مبتلایان به کرونا فاقد علائم هستند.

با استفاده از ماسک در اماکن عمومی و رعایت فاصله گذاری از خود و دیگران در مقابل کرونا حفاظت کنیم

چه وقت از ماسک استفاده کنیم

برای جلوگیری از ابتلای افراد سالم به ویروس کرونا در مقابل اشخاص مشکوک به این ویروس، از ماسک استفاده کنید.

اگر سراف به عطسه می‌کنید از ماسک استفاده کنید اگر از ماسک استفاده می‌کنید باید طریقه درست استفاده از آن را نیز بدانید

۹۰٪
۷۰٪
۵٪
۸۵٪

#من_ماسک_میزنم
#من_زندگی_را_دوست_دارم

طرح از: ثنا بهتری - دانشجوی رشته آموزش ابتدایی - ورودی ۹۸ - پردیس فاطمه الزهرا، تبریز



استان آذربایجان غربی

پردیس علامه طباطبائی ارومیه



نصب پیام های
بهداشتی در قسمت
های مختلف



تب سنجی



ضد عفونی
قسمت های
مختلف



طراحی و بروشور



طراحی پوستر

برگزاری مسابقه مجازی
با عنوان پوشش من
ماسک می زنم توسط
همیاران سلامت



تقدیر از برگزیدگان
مسابقه مجازی پوشش
ماسک (مبارزه با کرونا)



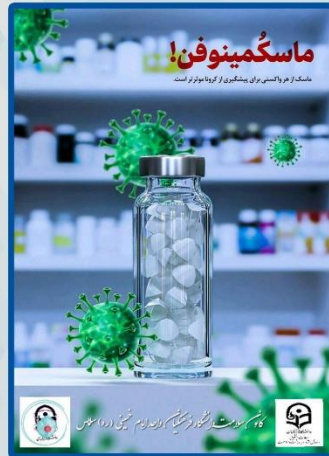
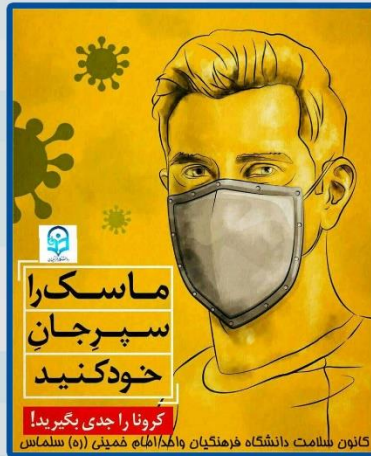
تشکیل ایستگاه سلامت
در ورودی قسمت اداری
پردیس و نصب پیام
های بهداشتی و توزیع
بروشور ماسک و
ضد عفونی برای مراجعین



استان آذربایجان غربی

واحد امام خمینی (ره) سلماس

طراحی پوستر

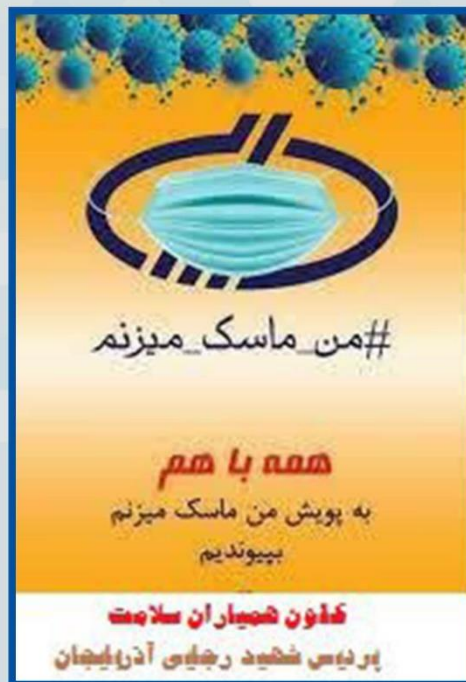


ساخت کلیپ

استان آذربایجان غربی

پردیس شهید رجایی

طراحی پوستر



استان آذربایجان غربی

مرکز شهید مطهری خوی

طراحی پوستر



آرشیو کلیپ



استان بوشهر

پردیس های استان



طراحی پوستر



استان تهران

پردیس نسیمه



طراحی پوستر



استان تهران

واحد شهید شرافت



طراحی پوستر



ایجاد کانال برای کمپین



استان چهارمحال و بختیاری

پردیس های استان

گزارش تصویری

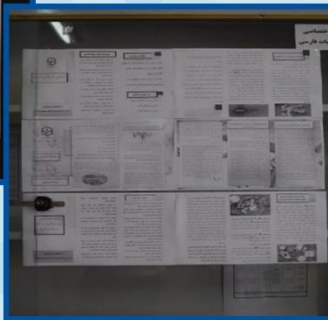
مراجعین محترم:

به دلیل رعایت و اهمیت سلامتی

خود و دیگران استفاده از ماسک

در این محل الزامی است.

باتشکر



نصب بنر و پلاکارد در محل کار



توزیع و استفاده از ماسک



سایت استان

طراحی پوستر



استان چهارمحال و بختیاری

مرکز شهید رجایی فرخ شهر

طراحی پوستر

من ماسک میزنم

کانون همیاران سلامت و بهداشت جسم و روان مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر

#من ماسک میزنم 😊

ماسک از شما در مقابل ابتلا به کرونا محافظت می کند...

COVID 19

استفاده از ماسک ۸۵ درصد، رعایت فاصله فیزیکی یک متری ۸۲ درصد انتقال ویروس را کاهش می دهد

کانون همیاران سلامت و بهداشت جسم و روان مرکز آموزش عالی شهید رجایی فرخ شهر

استان خراسان جنوبی

پردیس امام سجاده (ع)

انتشار مطالب #تلگرانه با کرونا



انتشار پوستره‌های اطلاع
رسانی، موشن گرافیک، کلیپ
و ویدیوهای آموزشی



پیوستن همکاران به پوشش من ماسک میزنم



راه اندازی پوشش هر
دانشجومعلم یک سفیر
سلامت

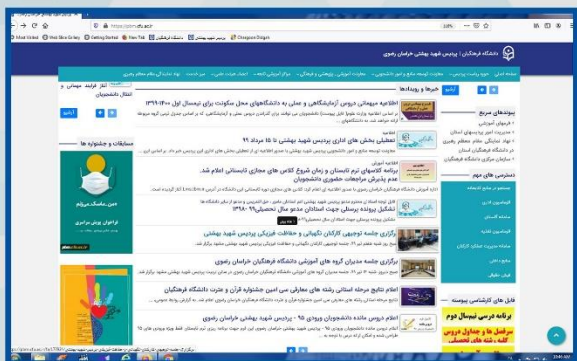
اطلاع رسانی به همکاران
اداری درخصوص لزوم
استفاده از ماسک و
رعایت پروتکل های
بهداشتی

استان خراسان رضوی

پردیس شهید بهشتی

اطلاع رسانی پوشش از طریق سایت دانشگاه

طراحی پوستر



استان خراسان رضوی

واحد شهید رجایی تربت حیدریه

برگزاری جلسه کارگروه پویش



برگزاری مسابقه

مسابقه بزرگ

✓ **#من_فیز_ماسک_میزم**

ویژه خانواده بزرگ دانشگاهیان
(اساتید، کارکنان و دانشجویان دانشگاه فرهنگیان تربت حیدریه)

زمان مسابقه: یکم الی شانزدهم مرداد ۱۳۹۹

دانشگاه خراسان رضوی

بخش‌ها: **عکاسی**، **پوستر**، **داستان**، **خاطره و دانش**

۱. هر روز است شرکت کنندگان مجاز و مجاز دستور العمل هر بخش در مسابقه شرکت نمایند.

۲. شرکت در یک یا تمامی بخش‌های مسابقه مجاز است.

۳. به تمامی شرکت کنندگان مسابقه لوح تقدیر داده می‌شود.

مسابقه به نوبت اول تا سوم هر بخش جایزه نقدی خواهد داشت.

ثبت نام

۱. جهت کسب اطلاعات بیشتر با جناب آقای علیرضا محمدی ۰۵۱-۱۶۱۶۶۶۰۱ تماس حاصل فرمایید.

چند اثر منتخب در بخش عکاسی



چند اثر منتخب در بخش پوستر



استان خراسان شمالی

پردیس امام محمد باقر(ع)

ارائه پوستر



توزیع ماسک بین همکاران
توسط معاونت توسعه و
امور دانشجویی پردیس



استفاده از ظرفیت پایگاه
سلامت

ویروس

عامل بیماری های صعب العلاج

MIGNA.ir

راه های انتقال ویروس

انتقال مستقیم	انتقال غیرمستقیم
تماس با خاک، تماس با حیوانات، مادر به جنین	آب و غذا، ناقل چاندلر، هوا

ویروس های خطرناک شناخته شده

ایبولا	انتقال از انسان به انسان
تب کریمه	انتقال از چهارپایان به انسان
سالمونلا	انتقال از شتر
تب ماریبورگ	انتقال از خفاش به انسان
ایبولا	انتقال از جانور وحشی به انسان

راه های پیشگیری از ابتلا به ویروس

شستن دست ها	عدم تماس با حیوانات
عدم تماس با بیمار	عدم تماس با چشم
میوه و سبزیجات مصرف	



توضیحات های پهنایشی برای اوقات فراغت کنکور در زمان برگزاری آزمون در شرایط کرونا ویروس :

مهمترین خروج از منزل در ساعات و دستورات بهداشتی اعلام شده، حتماً با رعایت کامل مساحت، حرمه خود داشته باشید.

با رعایت کامل بهداشت و استفاده از وسایل نظافت شخصی، محل آزمون مراجعه کنید.

فصل از آزمون دست های خود را با محلول یا آب ضد عفونی کننده یا با انگشتی امیر کنید.

از حضور در اجتماعات بپرهیزید.

دست ها به سایر سطوح و وسایل دیگران نزنید.

در زمان حضور خود امر خود را تذکره و یادآوری ... خودتان داشته باشید.

هر چه سریعتر محل آزمون را ترک کنید تا در جمع بپرهیزید.

پروتکل های بهداشتی را سر جلسه کنکور رعایت میکنم.

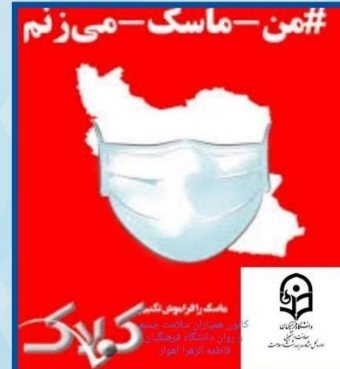
کانون خیراتین سلامت را شکست در فرهنگ سلامت کانون ایران آفرین

کانون خیراتین سلامت
کانون خیراتین سلامت
کانون خیراتین سلامت

استان خوزستان

پردیس فاطمه الزهرا (س)

ارائه پوستر



طراحی پوستر پردیس رسول اکرم (ص)



استان خوزستان

پردیس امام جعفر (ع) بهبهان

تهیه موشن پوستر



تهیه کلیپ آموزشی



برگزاری مسابقه خاطره نویسی و شعر

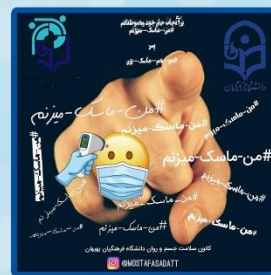
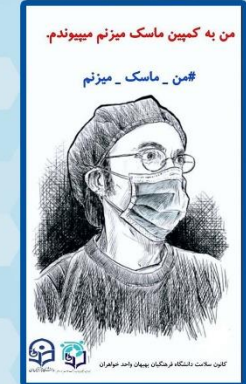


ارائه پوستر

استان خوزستان

پردیس امام جعفر (ع) بهبهان

طراحی پوستر



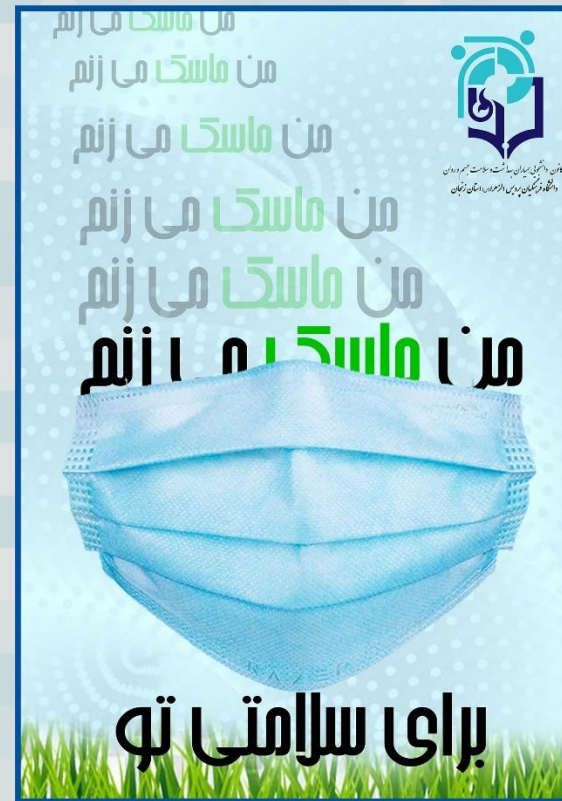


استان زنجان

پرديس الزهرا (س)



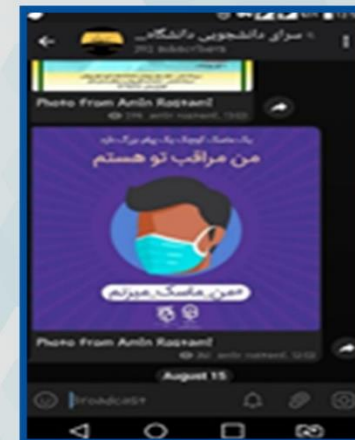
طراحی پوستر



استان سمنان

دانشگاه فرهنگیان سمنان

به اشتراک گذاشتن پوستر و پادکست پویش
برگزاری مسابقه دلنوشته در راستای #پویش من ماسک می زنم
تماس تلفنی و تصویری با دانشجویان و به منظور تقویت ارتباط مشاوران
تماس تلفنی و تصویری با دانشجویان و به منظور تقویت ارتباط مدیران سرا با دانشجویان
پاسخگویی به سوالات دانشجویان از طرف مدیران سرا و مشاوران به صورت مجازی
ارائه مطالب آموزشی در کانال سرای دانشجویی، نشریه طلوع و انجمن مشاوره
تهیه و اشتراک مطالب انگیزشی در فضای مجازی

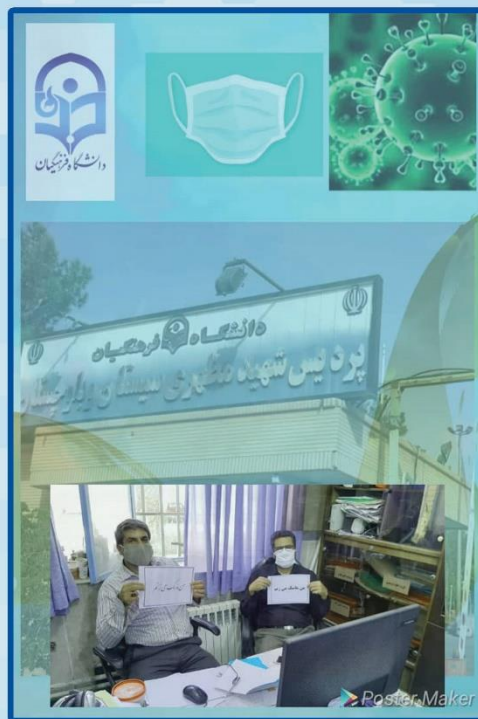


استان سیستان و بلوچستان

پردیس شهید مطهری زاهدان

طراحی پوستر

پیوستن دانشجو معلمان و کارکنان این پردیس به پوشش



استان سیستان و بلوچستان

پردیس رسالت

طراحی پوستر



طراحی بروشور



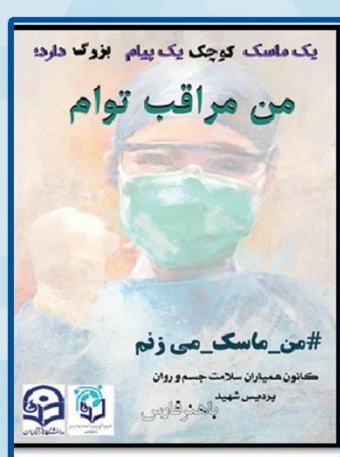
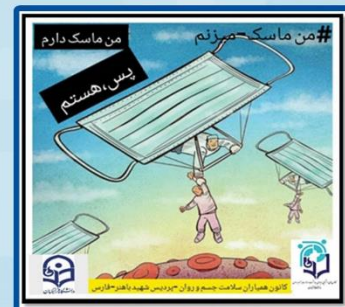
استان فارس

پردیس شهید باهنر فارس

- دعوت دانشجویان به پیوستن به پویش #من-ماسک-می زنم با ارسال پوستر در گروه ها، طراحی بروشور، ارائه مطالب خود مراقبتی و

پوستر ها:

پوستر خود مراقبتی:



پویش #من-ماسک-می زنم

استان فارس

پردیس شهید باهنر فارس

- دعوت دانشجویان به پیوستن به پویش #من-ماسک-می زنم با ارسال پوستر در گروه ها، طراحی بروشور، ارائه مطالب خود مراقبتی و

بروشور:

مسابقه

مسابقه عکاسی پویش #من-ماسک-می زنم
عکاسی از سوژه های جذاب برای تشویق ماسک زدن



راهنمای بستن ماسک از ابتدا به ویروس کرونا



کرونا حذف! نسیم مردم
کانون هیپارن سلامت جسم و روان
پاهن فارس

چه کارهایی نباید انجام دهیم؟

این کارها علاوه بر این که مفید نیستند، حتی مضر هم هستند برای محافظت از شما و دیگران:

- ماسک را در دهان یا بینی خود فرو نکنید
- ماسک را با دستهای آلوده لمس نکنید
- ماسک را در جیب یا کیف خود نگه ندارید
- ماسک را در مکانهای عمومی استفاده نکنید
- ماسک را در مکانهای عمومی دور از دسترس کودکان و سالمندان قرار دهید

جهت کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت کانون هیپارن سلامت جسم و روان مراجعه فرمایید.

کرونا ویروس جدید 2019

استان فارس

این ویروس از طریق تماس با قطرات تنفسی فرد آلوده ۱ متری می پاشد یا سرفه یا عطسه می کند. انتقال می دهد. یا از طریق تماس با سطوحی که با قطرات بزاق یا رشح دهانی آلوده شده است.

نوع آلودگی

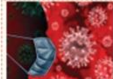
نوع آلودگی انتقال دهی بین فرد و فرد یا بین فرد و شیء است. انتقال دهی از فرد به فرد یا از شیء به فرد. انتقال دهی از فرد به شیء یا از شیء به فرد. انتقال دهی از فرد به شیء یا از شیء به فرد.

نوع آلودگی

نوع آلودگی انتقال دهی بین فرد و فرد یا بین فرد و شیء است. انتقال دهی از فرد به فرد یا از شیء به فرد. انتقال دهی از فرد به شیء یا از شیء به فرد. انتقال دهی از فرد به شیء یا از شیء به فرد.

بسم الله الرحمن الرحيم

بیماسک بزنم
ماسک من از تو محافظت میکند
ماسک تو از من محافظت میکند

و همین لباس زیبا ست نشانی امنیت...

ماسک را فراموش نکنیم
کرونا هنوز هم هست



کرونا ویروس چیست؟

کرونا ویروس ها خانواده بزرگی از ویروس ها هستند که هم در حیوانات و هم در انسان یافت می شوند. ویروس افراد آلوده به این ویروس علائم بسیار متنوعی از یک سرماخوردگی معمولی گرفته تا بیماری های شدیدتری را دارا هستند.

علائم ابتلا به کرونا ویروس چیست؟

- علائم اصلی این ویروس، سرفه، گلودرد و تنگی نفس هستند.
- سایر علائم عبارتند از: تب، سردرد، بدن درد، خستگی، کاهش اشتها و اسهال.

در صورت نشانه های کرونا با افراد بیمار به بیمارستان یا مراکز درمانی مراجعه کنید.

برای محافظت از خود چه کاری می توانیم انجام دهیم؟

- 1- دستهای خود را به مدت 20 ثانیه با آب و صابون بشوید.
- 2- اگر نمی توانید دستهای خود را بشوید، از ضدعفونی کننده های حاوی الکل استفاده کنید.
- 3- دور از افراد بیمار یا مشکوک به کرونا بمانید.

ماسک باشه وقتی تو خیابونی
ماسک باشه وقتی تو جلسه ای
ماسک باشه وقتی تو جلسه ای

فردی بدون ماسک
فردی بدون ماسک

ماسک سنگر کرونا
انسان بریل سی دفاع است

کرونا این روزها تو کوچه و خیابون پرسه میزنه که هر کی رو سر راهش قرار گرفت مبتلا کنه

کرونا هر جا ممکنه کمین کنه سعی کنیم تو تیز ریش نباشیم

ماسک اندود خردش
فردی بدون ماسک
فردی بدون ماسک
فردی بدون ماسک

مسابقه عکاسی پویش #من-ماسک-می زنم

همراه با جوایز نفیس و ارزنده

موضوع:
عکاسی از سوژه های جذاب که مشوق ماسک زدن باشه.

برای شرکت در مسابقه با شماره تلفن ۰۹۱۶ ۵۳۱۶۰۰۰ در تماس باشید.

مهلت ارسال آثار: ۱۵ شهریور ۹۹

کانون هیپارن سلامت جسم و روان
پردیس شهید باهنر فارس

پویش #من-ماسک-می زنم



استان فارس

پردیس شهید رجایی

مفاد بخشنامه و پوسترهای ارسالی در سایت پردیس و گروههای وات ساپ دانشجویان گذاشته شد

در خصوص اهمیت استفاده از ماسک و پیشگیری از کرونا اطلاع رسانی گردید

در محیط پردیس نیز روزانه به تعداد همکاران ماسک تهیه و از درب ورودی تحویل می شود

با نصب پوستر و متن هایی در خصوص اهمیت ماسک در پیشگیری از شیوع کرونا از ورود ارباب رجوع بدون ماسک جلوگیری می شود

و به دانشجویانی که به پردیس مراجعه می کنند در صورت نداشتن ماسک از درب ورود ماسک داده می شود



استان فارسی

واحد سلمان فارسی شیراز

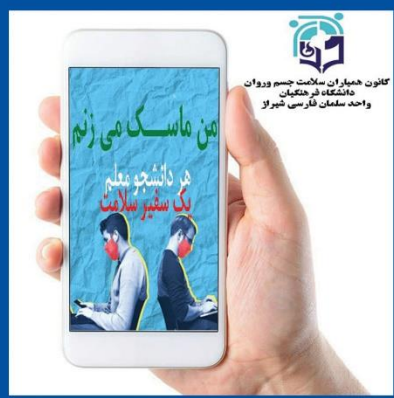


تهیه پادکست صوتی



برگزاری مسابقه تبلیغ پوشش ماسک میزnm در فضای مجازی

برگزاری این چالش پوستر ضمیمه، در فضای مجازی در مجموع ۲۲۰۰ بازدید در یک روز داشته است. برندگان مسابقه خانم ها: سارا ملک نسب-سیده فاطمه ساسان تژاد-سارا فرزاد نیا



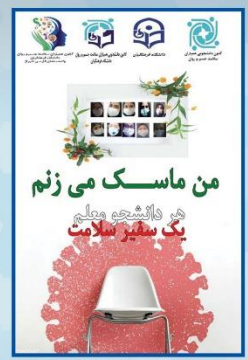
برگزاری مسابقه عکس سلفی با ماسک

همراه با اهداء جوایز به برندگان مسابقه خانم ها مرضیه حبیبی و فاطمه جاویدی



اهدا جایزه و لوح تقدیر به برگزیدگان

تشویق دانشجویان به پیوستن به پوشش من ماسک میزnm



برگزاری جلسه اعضای شورای مرکزی به صورت مجازی



برگزاری کارگاه مشاوره پیش از ازدواج به صورت مجازی



استان فارسی

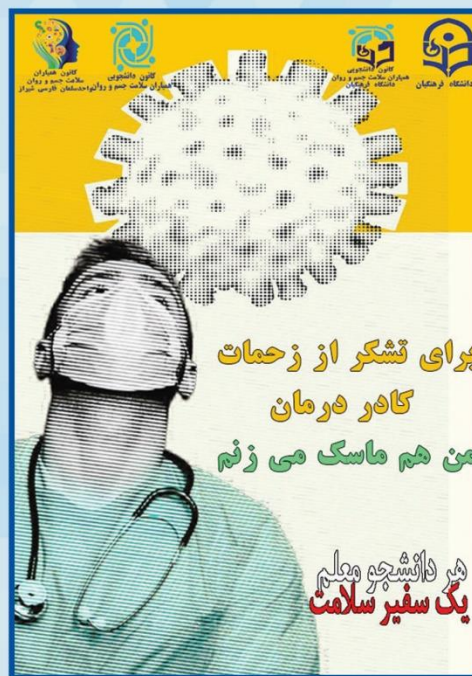
واحد سلمان فارسی شیراز

ارائه پیام های بهداشتی و تهیه پوستر



کانون همیاران سلامت جسم و روان
کانون دانشجویان سلامت جسم و روان
کانون دانشجویان سلامت جسم و روان
دانشگاه فرهنگیان همیاران سلامت جسم و روان

کودک آینده ساز ایران
من مراقب تو هستم
چون
ماسک می زنم
هر دانشجو معلم
یک سفیر سلامت
مراقب سلامتی خود و دیگران باشیم



کانون همیاران سلامت جسم و روان
کانون دانشجویان سلامت جسم و روان
کانون دانشجویان سلامت جسم و روان
دانشگاه فرهنگیان همیاران سلامت جسم و روان

برای تشکر از زحمات
کادر درمان
من هم ماسک می زنم
هر دانشجو معلم
یک سفیر سلامت



دانشگاه فرهنگیان
واحد سلمان فارسی شیراز

روش های پیشگیری از انتقال ویروس کرونا

کرونا-را-شکست-می دهیم

- شستشوی مرتب دست ها با آب و صابون
- استفاده از دستمال کاغذی و ماسک استفاده شده در سطل زباله دربسته
- پرهیز از مصرف غذاهای خام یا نیم پز
- پوشاندن بینی و دهان هنگام عطسه
- پرهیز از نرده های غیر ضروری در اماکن شلوغ
- رعایت فاصله یک متری



کانون همیاران سلامت جسم و روان دانشگاه فرهنگیان واحد سلمان فارسی شیراز

توصیه های مهم بهداشتی مقابله با کرونا در ماه محرم

ممنوعیت استفاده از طبل، سنج و وسایل مشابه
استفاده از ماسک به صورت مستمر
رعایت فاصله اجتماعی
تجمعات حداقلی
کاهش ساعات برگزاری مراسم
ممنوعیت جابه جایی هیئت ها و دسته روی
ممنوعیت هرگونه پذیرایی در مراسم عزاداری

یا حسین

استان فارس

مرکز آموزش عالی زینب کبری (س) کازرون

ارائه مقاله و کلیپ

در راستای پوشش من ماسک میزنم در مرداد ماه ۱۳۹۹ مرکز آموزش عالی کازرون مقاله ای تحت عنوان ۱۰ راه انتقال سریع ویروس کرونا که باید مراقب آنها باشید، تاثیر ماسک بر ویروس کرونا، راههای پیشگیری از ویروس کرونا را ارائه نمودند.

همچنین ویدئویی تحت عنوان همدیگر را دوست بداریم در راستای این پوشش پخش شد

تاثیر ماسک بر ویروس کرونا



روشنای اصلی انتقال ویروس کرونا

اطلاعات موجود حاکی از آن است که دو مسیر اصلی برای انتقال ویروس کووید-۱۹ وجود دارد:

۱. قطرات تنفسی
۲. تماس

قطرات تنفسی زمانی ایجاد می شود که فرد آلوده سرفه یا عطسه کند. هر شخصی که در تماس نزدیک (در فاصله یک متری) با فردی قرار بگیرد که علائم تنفسی مانند سرفه و عطسه را دارد، در

از محافظت، کافی نیست و سایر اقدامات نیز باید اتخاذ شود.

جدای از اینکه ماسک زده خود را خیر، رعایت حداکثری بهداشت دست برای جلوگیری از انتقال کووید-۱۹ از انسان به انسان بسیار مهم است.

مطالعات مربوط به آنفلوآنزا، بیماری های شبیه آنفلوآنزا و کروناویروس های انسانی شواهدی را نشان می دهد که استفاده از ماسک پزشکی می تواند از انتشار قطرات عفونی از یک فرد آلوده به شخص دیگر و آلودگی احتمالی محیط توسط این قطرات جلوگیری کند.

شواهد محدودی وجود دارد مبنی بر اینکه استفاده از ماسک پزشکی توسط افراد سالم در خانه یا در تماس بیمار با بیمار یا در بین حرکت کنندگان در مجامع گرومی ممکن است به عنوان اقدامی پیشگیرانه مفید باشد.

۱۰ راه انتقال سریع ویروس کرونا که باید مراقب آنها باشید

کرونا ویروسی فراگیر است که به سرعت منتشر شده و می تواند طیف وسیعی از افراد را ظرف مدت کوتاهی مبتلا کند.

اسکالین

اسکالین ها می توانند نقل کووید ۱۹ باشند، اما سعی کنید خیلی نگران نشوید این امر زمانی می تواند خطرناک باشد که کسی از اسکالین برای عطسه استفاده کند، و نگاه ها هم در واقع محیط های بسیار بدی برای زنده ماندن ویروس ها هستند.



پله های برقی

پله های برقی، نرده های لوله ای و نوارها به طور بالقوه روزانه توسط هزاران نفر لمس می شوند، اگر شما مجبورید که از حمل و نقل عمومی استفاده کنید، به هیچ وجه از حضارها استفاده نکنید و پس از پیاده شدن دست های خود را ضدعفونی کنید.

استگاه های خودپرداز یا بلیت

دستگاه های خودپرداز از جمله موارد بسیار شایع و خطرناک در انتقال ویروس هستند، به خاطر دانسته باشید که روزانه صدها نفر از این سیستم برای دریافت بلیت استفاده می کنند بنابراین بسیار مراقب باشید و تا آنجا که می توانید فعالیت ها و تراکتهای خود را به صورت اینترنتی انجام دهید. دستگاه های شارژ بلیت نیز در شرایط مشابه قرار دارند پس برای تمهید احتیاط بلیت های الکترونیک سعی کنید از تمهیدی که نهادهای مرتبط برای پرداخت و شارژ آنلاین در نظر گرفته اند، استفاده کنید.

دسته تبلی

کارشناسی مشاوره دستگاه فرهنگیان پنب گیری مردادماه ۹۹

راه های پیشگیری از ویروس کرونا



همدیگر را دوست بداریم!

#من_ماسک_می_زنم!

استان فارس

واحد شهید مطهری شیراز

ارائه پیام های بهداشتی و تهیه پوستر



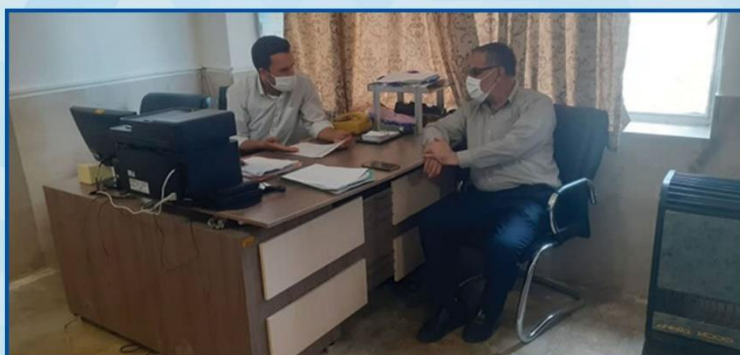
کرونا هنوز در کمین است....



من یک دانشجو معلم هستم و با زدن ماسک به
حفظ سلامت خود و دیگران کمک می کنم



پیشگیری و قطع زنجیره کرونا در اجتماع



پوشیدن ماسک میزم توسط همکاران در محیط کار، رعایت فاصله گذاری اجتماعی



با پوشیدن ماسک به طوری که بینی و دهانتان را کامل بپوشاند

استان فارسی

مرکز شهید بهشتی اقلید

پویش من ماسک میزنم

با پیوستن استادان و کارکنان و دانشجویان این مرکز به پویش همگانی من ماسک می زنم هم در فضای دانشگاه و هم در فضای مجازی و مشارکت در این امر نوعی تعهد و پذیرش مسئولیت فردی و اجتماعی است که همه افراد انسانی ناگزیر از آن هستند و این حرکت عملاً تشویقی به مشارکت عمومی می باشد که منجر به کنترل بیشتر بیماری کرونا و جلوگیری از شیوع آن می باشد.



استان قزوین

پردیس شهید رجایی قزوین

تولید ماسک

ضد عفونی

غربالگری

ارائه پیام های بهداشتی و تهیه پوستر



تهیه بسته ها





استان قزوین

بنت الهدی صدر قزوین

تولید ماسک

ارائه پیام های بهداشتی و تهیه پوستر



۸ وسیله در خانه که می تواند شما را بیمار کند

چاقو برقی
باکتری ها می توانند با دوام در کفچه چاقو برقی زنده بمانند.

تابش فرس
تابش فرس ها که در لوازم خانگی یافت می شود، می تواند باعث عفونت شود.

سروال
باکتری ها می توانند در درزهای سروال ها و شلوارها زندگی کنند.

اسفنج آشپزخانه
اسفنج ها می توانند محل تجمع باکتری ها باشند.

سرویس بهداشتی
سرویس بهداشتی ها می توانند محل تجمع باکتری ها باشند.

سرویس بهداشتی
سرویس بهداشتی ها می توانند محل تجمع باکتری ها باشند.

سرویس بهداشتی
سرویس بهداشتی ها می توانند محل تجمع باکتری ها باشند.

راهنمای استفاده صحیح از ماسک

- دست خود را پیش از لمس ماسک با آب و صابون بشوید.
- ماسک را به گونه ای بپوشانید که تمام دهان و بینی شما را بپوشاند.
- از ماسک خود به درستی استفاده کنید.
- ماسک را به گونه ای بپوشانید که تمام دهان و بینی شما را بپوشاند.
- از ماسک خود به درستی استفاده کنید.
- ماسک را به گونه ای بپوشانید که تمام دهان و بینی شما را بپوشاند.
- از ماسک خود به درستی استفاده کنید.
- ماسک را به گونه ای بپوشانید که تمام دهان و بینی شما را بپوشاند.

۷ ماده غذایی را هیچگاه دوبار گرم نکنید

- ماهی: به دلیل داشتن پروتئین بالا، به سرعت فاسد می شود.
- گوشت: به دلیل داشتن چربی بالا، به سرعت فاسد می شود.
- سبزیجات: به دلیل داشتن آب و فیبر بالا، به سرعت فاسد می شود.
- میوه ها: به دلیل داشتن قند بالا، به سرعت فاسد می شود.
- لبنیات: به دلیل داشتن باکتری ها، به سرعت فاسد می شود.
- روغن: به دلیل داشتن چربی بالا، به سرعت فاسد می شود.
- نان: به دلیل داشتن قند بالا، به سرعت فاسد می شود.

استان قم

پردیس حضرت معصومه (س)

طراحی پوستر

حضور در پایگاه های تهیه و دوخت ماسک و گان



کرونا همه جاد را کمین است

دانشجو معلمان پردیس حضرت معصومه قم (س)
به پوشش

#من-ماسک-میزنم

می پیوندند



استان قم

پردیس آیت الله طالقانی (ره)



پیوستن دانشجو معلمان، کارکنان و اساتید پردیس آیت الله طالقانی (ره) به پوشش #من_ماسک_میزنم

استان کردستان

پردیس بنت الهدی صدر سنج

اطلاع رسانی از طریق کانال های خبری و اطلاع رسانی دانشگاه



مسابقه من ماسک میزنم



استان کرمان

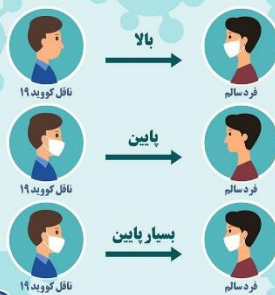
دانشگاه فرهنگیان کرمان

نصب اطلاعیه

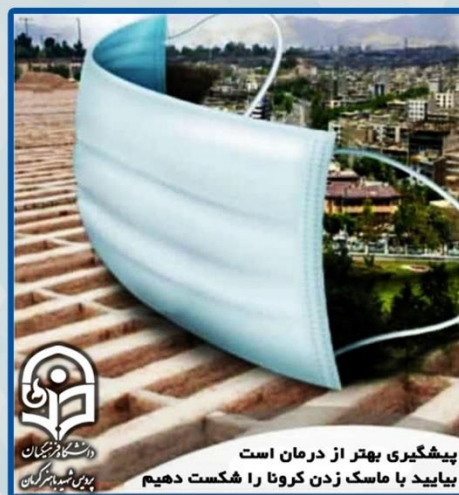


ماسک از شما در مقابل بیماری کرونا محافظت می کند

احتمال سرایت بیماری



#من_ماسک_می_زنم



طراحی پوستر



استان کرمانشاه

پردیس شهید رجایی

طراحی و نصب پوستر

ایجاد کانال



استان کرمانشاه

پردیس شهید صدوقی

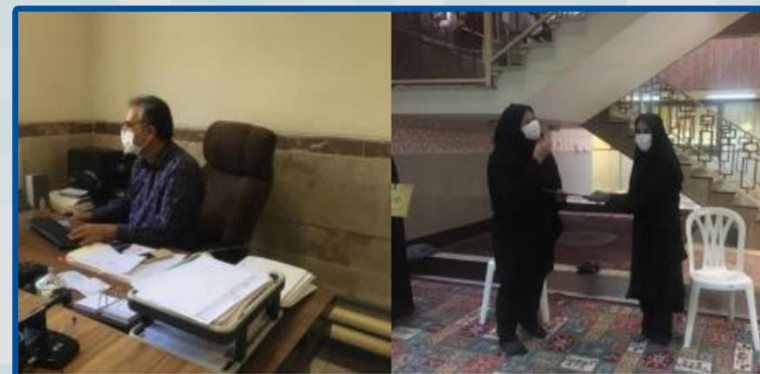
انتشار فایل های آموزشی



نصب تراکت



الزام به استفاده از ماسک



توزیع ماسک و دستکش



استان کهگیلویه و بویراحمد

پردیس کوثر یاسوج

طراحی پوستر





استان گلستان

پردیس امام خمینی (ره)

پوسترهای ارسالی



ارائه فراخوان پویش



بروشور ارسالی





جمهوری اسلامی ایران

استان گلستان

پردیس امام خامنه ای

ارائه‌پوستر

پردیس آیت الله خامنه ای گرگان

#من-ماسک-می‌زنم



من ماسک می‌زنم ...
برای محافظت از تو



پردیس آیت الله خامنه ای گرگان

راهنمای صحیح استفاده از
ماسک در زمان کرونا



نحوه برداشتن ماسک



نحوه زدن ماسک



#من-ماسک-می‌زنم



زدن ماسک انتقال
ویروس کرونا را تا بیش از

۸۵٪
کاهش می‌دهد

استان گیلان

دانشگاه فرهنگیان گیلان



ارائه فایل های آموزشی



برگزاری کارگاه



ارائه پوستر

استان لرستان

پردیس آیت الله کمالوند

اطلاع رسانی

– نصب تراکت با ماسک وارد شوید در ورودی بخش های مختلف پردیس
جهت مراجعه کنندگان، دانشجویان و همکاران با توجه به اهمیت موضوع
– برگزاری مجازی مسابقه طراحی پوستر و ارائه ایده به صورت مجازی در
رابطه با پویش "من ماسک میزنم" برای دانشجویان

اطلاع رسانی و بارگذاری مطلب، پوستر، کلیپ، طنز تصویری
و ... در این زمینه در فضای مجازی



استان لرستان

مرکز زینب کبری (س) بروجرد و شهید میرشکاری الیگودرز

استفاده از ماسک



اطلاع رسانی



ارائه پوستر و پاورپونت

استان مازندران

دانشگاه فرهنگیان مازندران

ارائه پوستر



استان مرکزی

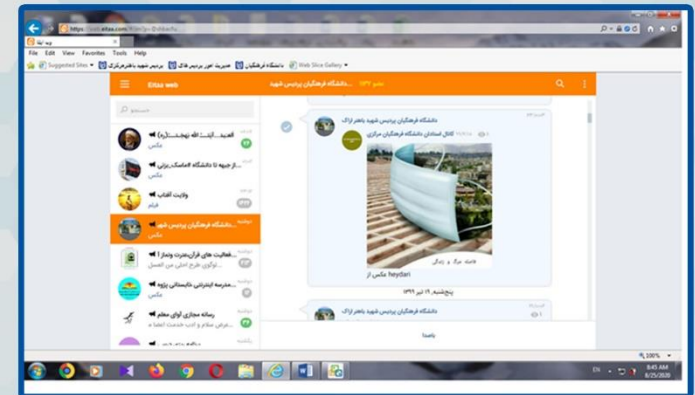
پردیس شهید باهنر

طراحی نصب بنر

اطلاع رسانی پوشش



انجام مرتب تب سنجی
نصب پوستر



استان مرکزی

پردیس زینب کبری (س)

ارائه بروشور

نکات مهم در استفاده از ماسک

قبل از برداشتن ماسک، دستان خود را توسط شویندهایی پایه الکلی یا آب و صابون تمیز کنید.

ماسک را گرفته و بررسی کنید سوراخ یا پارگی نداشته باشد.

قسمت فوقانی ماسک (محل قرارگیری تار نظری) را پیدا کنید. ماسک را روی صورت خود قرار دهید. تار نظری یا لبه سمت ماسک را فشار دهید تا قالب بینی شما شود.

این طریق ارائه شده است؛ اما به نظر نمی‌رسد که این، ماسک به سمت بیرون قرار گرفته است.

لبه انتهایی ماسک را با پایین بکشید تا دهان و چانه شما را بپوشاند.

بعد از استفاده، ماسک را در آدریندهای اختصاصی استیک راسی یا پشت گونی‌های مورد خارج کرده و بعد از مراب باشد که ماسک به صورت و لباس‌هایتان برخورد نکند.

بعد از استفاده، ماسک را سرعیا در یک سطح زیاده دراز بپاشید.

سپس با استفاده از شویندهایی پایه الکلی، دستهای خود را تمیز کرده و یا در صورت مشخص بودن آلودگی دستها، آنها را با آب و صابون را بشویید.

در کجا این کار انجام شده است.

E106elham.afandari@yahoo.com

پرسش‌های رایج در مورد ویروس کرونا

آیا ممکن است کسی ویروس کرونا را داشته باشد اما مریض نباشد؟

به نظر می‌رسد که سرایت ویروس بیشتر زمانی انجام می‌شود که افراد دارای علائم و نشانه‌های بسیاری هستند.

انتشار ویروس می‌تواند پیش از بروز علائم نیز انجام شود؛ گزارشاتی در زمینه انتقال ویروس جدید کرونا از این طریق ارائه شده است؛ اما به نظر نمی‌رسد که این، شیوه اصلی انتشار ویروس باشد.

آیا ویروس کرونا به‌راحتی منتقل می‌شود؟

اینکه ویروس در میان افراد تا چه حد می‌تواند به راحتی منتقل شود، متغیر است. برخی از ویروس‌ها کاملاً آسان منتقل می‌شوند (مثل سرماخوردگی)، در حالی که برخی دیگر به راحتی منتقل نمی‌شوند (مثل سرخک). آن است که آیا نحوه انتشار، پایدار است یا خیر.

ویروس که منجر به بیماری کرونا می‌شود، ظاهرآ به راحتی و به شکل پایدار در جامعه منتشر می‌شود. انتشار در جامعه به‌این معنا است که افراد در مکانی قرار داشته‌اند و به این ویروس مبتلا شده‌اند و نمی‌دانند که چگونه و در کجا این کار انجام شده است.

راههای پیشگیری از ویروس کرونا

در حال حاضر واکنش بخصوصی برای بیماری کرونا نیست. اکثر افراد تنها در صورتی که علائم جد داشته باشند به دنبال مراقبت پزشکی می‌گردند و بعضی اصلاً هیچ علائمی را تجربه نمی‌کنند.

✓ علائم موارد شدید معمولاً شامل موارد زیر است:

- تب بالای ۳۸ درجه
- اختلال در تنفس
- کبودی لب و صورت
- احساس درد یا فشار مداوم در قفسه ی سینه
- بروز گشج (یا وضعیت روانی فرق دارد)
- حتی وقتی دیگران نمی‌می‌کنند فرد بیمار را بیمار کنند، به سخی بیمار می‌شود
- به طور میانگین، کسانی که دچار علائم شدید مانند تنگی نفس، می‌شوند ظرف ۸ روز بعد از ظهور سایر علائم دچار این حالت می‌شوند.

برای کمک به جلوگیری از انتشار بیماری‌های تنفسی، اقدامات زیر را انجام دهید:

- از تماس نزدیک با افراد بیمار اجتناب کنید.
- از لمس کردن چشم، بینی و دهان خودتان اجتناب کنید.
- در صورت سرفه یا عطسه دستمال کاغذی جلوی دهان و بینی خودتان بگیرید و سپس آن دستمال را به سرعت دور بیندازید.
- اشیا و سطوحی که با آنها سروکار دارید را دائماً پاک و ضدعفونی کنید.

اگر احساس بیماری می‌کنید، در خانه بمانید. اگر تب سرفه، یا دشواری در تنفس دارید.

با پزشک مشورت کنید.

بیماری ناشی از ویروس کرونا (کووید-۱۹) بیماری واگیرداری است که ویروس تازه کشف‌شده کرونا باعث بروز آن می‌شود.

اکثر افرادی که به بیماری کووید-۱۹ مبتلا می‌شوند، علائم خفیف تا متوسطی را تجربه می‌کنند و بدون نیاز به درمانی خاص بهبود می‌یابند.

کرونا بدون علائم یا خاموش

بعضی از افراد مبتلا به کووید-۱۹ بدون علائم هستند. یعنی هیچ علائم بارزی از کرونا یا علائم مربوط به آن، مثل سرفه، را از خود نشان نمی‌دهند.

ممکن است فرد بدون علائم بی آن‌که اطلاع داشته باشد ویروس را به دیگران انتقال دهد.

هر کسی که جواب آزمایش مثبت شده اما علائمی ندارد باید فاصله -

این فرد باید در فضاهای عمومی که رعایت فاصله گذاری اجتماعی در آن دشوار است، ماسک بزند.

هر کسی که با فرد بیمار تماس داشته یا جواب آزمایش مثبت شده، چه علائم داشته باشد چه نداشته باشد، باید از فراین فوق پیروی کند زیرا ممکن است فرد بدون اطلاع و آگاهی خود دچار کووید-۱۹ باشد.

علائم خفیف تا متوسط کرونا

تفاوت میان علائم خفیف و متوسط به درجه ی علامت بستگی دارد و درمان در این وضعیت کم و بیش یکسان است.

✓ شایع‌ترین علائم خفیف تا متوسط عبارتند از:

تب بالای ۳۸ درجه

اختلال در تنفس

کبودی لب و صورت

احساس درد یا فشار مداوم در قفسه ی سینه

بروز گشج (یا وضعیت روانی فرق دارد)

حتی وقتی دیگران نمی‌می‌کنند فرد بیمار را بیمار کنند، به سخی بیمار می‌شود

به طور میانگین، کسانی که دچار علائم شدید مانند تنگی نفس، می‌شوند ظرف ۸ روز بعد از ظهور سایر علائم دچار این حالت می‌شوند.

راه های انتقال کرونا

ماسک با حیوانات

ماسک با انسان

اشیا آلوده

هوا



#من-ماسک-می‌زنم

راه های پیشگیری و مراقبت از خود و اطرافیان و مبارزه با کرونا



هر کس که با فرد بیمار تماس داشته یا جواب آزمایش مثبت شده، چه علائم داشته باشد چه نداشته باشد، باید از فراین فوق پیروی کند زیرا ممکن است فرد بدون اطلاع و آگاهی خود دچار کووید-۱۹ باشد.

استان همدان

پردیس شهید مقصودی

طراحی پوستر



استان یزد

پردیس شهیدان پانکتراد

طراحی و نصب پوستر

طراحی و تدارک برنامه های خلاقانه در قالب پوستر، پمفلت و بنر ...
نصب بنر و پوستر های اطلاع رسانی در خصوص راه های انتقال ویروس کرونا



الزام کارکنان و
دانشجو معلمان
و مراجع کنندگان
به استفاده از
ماسک



ضد عفونی و گند زدایی ساختمان
های اداری، نگهبانی و ...



نظارت کارشناس
بهداشت و
سلامت پردیس
ها بر اجرای
توصیه نامه های
بهداشتی



تهیه ملزومات
اساسی شامل
نوع
ماسک، دستکش،
وایتکس، اسپری
ضد عفونی و ...

شرکت دانشجو معلمان خصوصا
دانشجویان همیار در دوره های
مجازی برگزار شده





استان یزد

پردیس فاطمه الزهرا (س)

طراحی و نصب پوستر





کانون های دانشجویی بهداشت و سلامت جسم و روان
دانشگاه فرهنگیان



دانشگاه فرهنگیان

دانشگاه فرهنگیان
معاونت دانشجویی
اداره کل مشاوره، بهداشت و سلامت
تابستان ۱۳۹۹