

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



KHAMENEI

لزوم تلاش مضاعف و بکارگیری ابتکارات جدید برای مقابله با وضعیت تأسف بار کرونا در کشور

رهبر انقلاب اسلامی در ابتدای سخنان شان در جلسه ستاد ملی مقابله با کرونا که به دعوت ایشان تشکیل شد وضعیت اسفبار بیماری کرونا در کشور و لزوم تلاش مضاعف و بکارگیری ابتکارات جدید برای مواجهه ی با این ویروس بیان کردند و افزودند البته اصل این موضوع و همچنین اوج پاییزی آن در همه دنیا فراگیر است و فقط مخصوص ایران نیست.



جمعیت هلال احمر
معاونت آموزش، پژوهش و فناوری



مجموعه اقدامات و فعالیت‌های آموزش همگانی در سال ۱۳۹۹

جلد اول:

کرونا
کووید ۱۹

دکتر شهید ریحان حسینی



تقدیم بہ روح پر فتوح شہید سلامت دکتر کامران خدایی

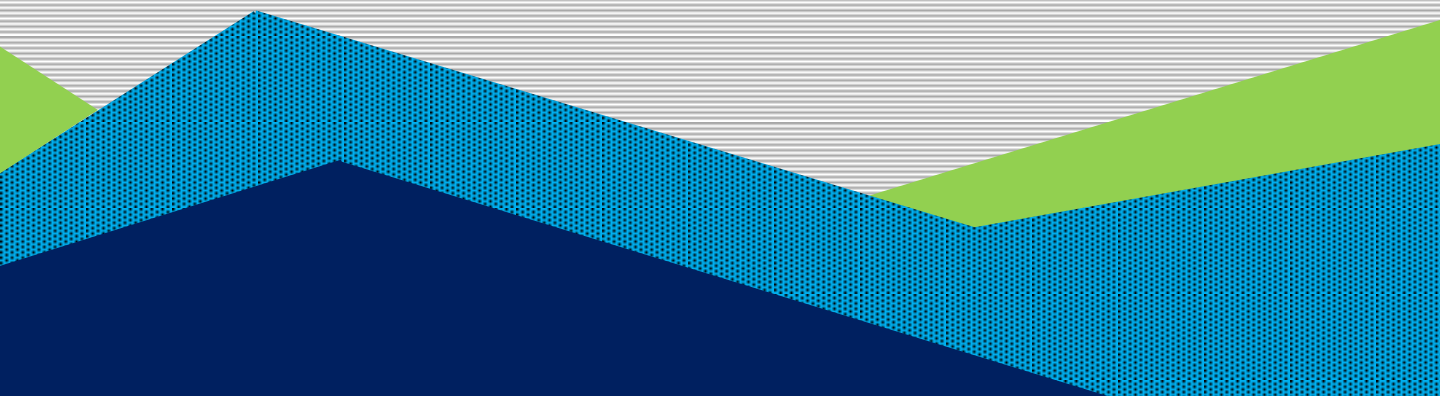


گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

پیام دکتر همتی، رئیس جمعیت هلال احمر

از تلاش جهادگونه همه ی همکاران
خدمت معاونت آموزش، پژوهش
و جمعیت هلال احمر در پیشگیری از
کنترل ویروس کرونا تشکر می نمایم.

دکتر کریم همتی
رئیس جمعیت هلال احمر



مقدمه

معاونت آموزش، پژوهش و فناوری در راستای اجرای وظایف قانونی خود در قالب بند الف ماده ۱۴ قانون مدیریت بحران کشور، ضمن پایش مخاطرات کشور به محض شیوع بیماری کرونا در کشور چین و اخطار پاندمی شدن این بیماری، ضمن درخواست اعلام مراتب به سازمان مدیریت بحران کشور جهت عمل به وظایف قانونی خود که به عنوان بخشی از مقوله مدافعه گری جامعه می باشد، اقدام به تشکیل کمیته علمی تدوین محتوا و کمیته اجرایی انتشار مطالب آموزشی با استفاده از ظرفیت علمی و اجرایی داخل جمعیت و نیز سازمان تخصصی نظام پزشکی نمود.

خروجی این اقدام با انتشار اولین اینفوگرافی های آموزشی در یازدهم بهمن ۱۳۹۸ بود. زمانی که هیچ نهاد دیگری در کشور به طور جدی وارد این عرصه نشده بود. این اقدام با اتکا به خرد و تلاش جمعی، تبیین مخاطبین مختلف و طراحی دوره های آموزشی حضوری و غیر حضوری و طراحی و انتشار صدها پیام مرتبط و از طرق مختلف تداوم یافت که همچنان تا پایان بحران ایجاد شده ادامه خواهد داشت.

بهره مندی از همکاری بین بخشی و برون بخشی و توجه به مباحث پیشگیری، آمادگی و مقابله و نیز مباحث بازیابی از ویژگی های مجموعه اقدامات انجام شده است که برای نمونه مصادیقی از مجموعه فعالیت های انجام شده در ادامه آمده است. در اینجا جا دارد از زحمات تمامی همکاران گرانقدر خود در حوزه های ستادی و استانی و همچنین داوطلبان و خبرنگاران داوطلب که مجموعه حاضر بخشی از تلاش دسته جمعی این بزرگواران هست صمیمانه قدردانی نموده و از درگاه خدای بزرگ برای تمامی این عزیزان و نیز هموطنان شریف خود سالی پر بار و کم مخاطره، آرزو مندیم.

دکتر خسرو رحمانی

معاون آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر

ویروس کرونا که همان کووید ۱۹ نام دارد، نخستین بار در شهر ووهان چین شناسایی شد و تاکنون به بیش از صد و هشتاد کشور در کل جهان سرایت کرده و سازمان بهداشت جهانی را بر آن داشته است تا وضعیت فوق العاده اعلام کند. همزمان با اولین روزهای شیوع اپیدمی کرونا، معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران، به همراه کلیه شعب استانی خود در سطح کشور به صورت گسترده در راستای آگاهی بخشی و اطلاع رسانی و به منظور پیشگیری از بیماری، وارد مبارزه شده و اقدام به انجام فعالیت های آموزشی متنوعی در این راستا نمود. این اقدامات که نقش ارزنده ای در پیشگیری از شیوع بیماری داشته، شامل برگزاری دوره های آموزشی مجازی، تهیه پوستر، اینفوگرافی آموزشی، تهیه بنر، ساخت کلیپ، پویانمایی، موشن گرافی و پخش محتواهای آموزشی متعدد در طول یک سال گذشته بود. همچنین در زمینه هشدار، آگاهی بخشی و اطلاع رسانی با اقداماتی همچون ارسال پیامک های آموزشی از طریق شبکه های مجازی و همچنین استفاده از فضای مجازی رسانه ها، بخش قابل توجهی از جامعه در جهت آگاهی بخشی نسبت به بیماری کرونا تحت پوشش قرار گرفت. استفاده از اپلیکیشن های آموزشی، سامانه های آموزشی فضای مجازی همچون اینستاگرام، واتس آپ و تلگرام، به عنوان بستر مناسبی برای ارائه آموزش در خصوص نحوه پیشگیری، مبارزه، جزء مهم ترین راهکارهای آموزشی این معاونت بود. یکی از مهم ترین اقدامات آموزشی، فعالیت در زمینه توصیه های بهداشتی برای کاهش استرس ناشی از ابتلا به بیماری و همچنین تولید محتواهای بروز برای مخاطبان و بیماران خاص بود که در این روزهای بحرانی در قالب تهیه متون، پوستر و سایر اقدامات آموزشی صورت پذیرفت. که در این گزارش بخش هایی از این فعالیت های گسترده در دو سطح ستادی و استانی به تصویر کشیده شده است. امید است تا با مساعدت و همکاری عموم مردم و رعایت مقررات و توصیه های بهداشتی به زودی شاهد کنترل و ریشه کنی ویروس کرونا در جهان باشیم.

اداره کل آموزش های همگانی

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

- برگزاری آموزش ایستگاهی با موضوعات احیای قلبی و ریوی، پناهگیری و کرونا ویروس.
- تشکیل کارگروه مطالعاتی برای تهیه، ترجمه و تدوین محتوای علمی مورد نیاز عموم مردم در خصوص مسائل پیشگیری از ابتلا.
- تعیین گروه‌های مخاطبین آموزشی و برنامه‌ریزی برای تولید محتواها بر اساس مخاطبین.
- آموزش‌های ایستگاهی در خصوص نحوه شستشوی دستان در مکان‌های عمومی تا قبل از ورود ویروس به ایران و در دوره شیوع ویروس به دلیل تجمع و اجتماعات انسانی، آموزش‌های چهره به چهره انجام نشد.
- تولید اینفوگراف‌های بهم پیوسته شامل آشنایی، روش‌های پیشگیری، نحوه شستن دست، نحوه استفاده صحیح از ماسک، راهکارهای تقویت سیستم ایمنی بدن، نحوه مواجهه با فرد مشکوک، نحوه مواجهه با استرس ناشی از بیماری، پاسخ به شایعات؛ که تا زمان تهیه گزارش بیش از ۷۰ میلیون بازدید در شبکه‌های اجتماعی از جمله تلگرام، اینستاگرام و توئیتر داشت.
- برگزاری دوره‌های آموزشی الکترونیکی برای مخاطبین عمومی و نیز کارکنان و عوامل اجرایی دستگاه‌های بهداشتی و درمانی در خصوص بهداشت عمومی و فردی.
- ارسال پیامک‌های انبوه از طریق تلفن همراه به همه مردم.
- تولید اینفوگراف برای هم‌وطنان عرب‌زبان و ترک‌زبان و نیز شهروندان کشورهای همسایه.
- تهیه محتوای آموزشی برای مربیان سراسر کشور با موضوع کرونا و توزیع و انتشار آن.
- برگزاری جلسه ویدئوکنفرانس با استان‌ها و هماهنگی برنامه‌های اجرایی.
- پیگیری خرید تجهیزات آموزشی و کمک آموزشی از محل اعتبارات تملکی.
- هماهنگی با سازمان نظام پزشکی برای برگزاری دوره‌های آموزشی آنلاین کرونا.
- آشنایی با روش‌های پیشگیری
- احتیاطات و مراقبت‌های تخصصی

گزارش کامل مجموع فعالیت ها و اقدامات جمعیت هلال احمر در سطح کشور

داوطلبان	• دوره ۲۳۶۷	دوره حضوری
جوانان	• دوره ۱۸۷۰	
کارکنان	• دوره ۴۶۹	
عموم مردم	• دوره ۴۹۵۴	
داوطلبان	• دوره ۱۳۸۸	دوره غیر حضوری
جوانان	• دوره ۱۳۷۴	
کارکنان	• دوره ۳۸۰	
عموم مردم	• دوره ۱۹۱۷	

گزارش کامل مجموع فعالیت ها و اقدامات جمعیت هلال احمر در سطح کشور

• ۶۰۴۵۶۵ نفر	زن	جنسیت فراگیران
• ۵۵۵۹۱۵ نفر	مرد	
• ۳۲۰۴۴۹۷۱ عدد	تعداد ماسک توزیع شده	
• ۱۴۷۰۹۷۴ عدد	سایر اقلام بهداشتی توزیع شده	
• ۸۹۳۳۷۱ عدد	تعداد بروشور و پوستر آموزشی توزیع شده	
• ۷۷۳۸۴ مورد	تعداد اینفو گرافی آموزشی	
• ۶۵۹۲۷ عدد	تعداد لوح فشرده آموزشی توزیع شده (فیلم و کلیپ آموزشی)	
• ۶۶۸۷۱۹ عدد	تعداد جزوات آموزشی توزیع شده	
• ۶۶۲۶۵ مورد	تبلیغات محیطی (بنر، استند، پوستر و ...)	

گزارش کامل مجموع فعالیت‌ها و اقدامات جمعیت هلال احمر در سطح کشور

• ۶۸۲۰۳۹۶ مورد	انعکاس موارد آموزشی در شبکه‌های مجازی
• ۲۱۴۷۲۵۵ پیام	تعداد ارسال پیام کوتاه آموزشی
• ۱۰۶۱۲۵۵۲ پیام	تعداد پیام آموزشی منتشر شده در فضای مجازی
• ۶۰۹۹۱۹۳ نفر	بازدید از سایت‌های آموزشی استان (نفر)
• ۴۲۶۰۸ دقیقه	تهیه و پخش موشن گرافی آموزشی (دقیقه)
• ۱۱۵۲۸۲۳ مورد	انعکاس موارد آموزشی در رسانه‌های پرمخاطب (تعداد محتوای آموزشی)

بهداشت
دست، آلودگی
و مهم‌ترین جاذبه
مقاومت

چه کار کنیم تا به ویروس کرونا مبتلا نشویم؟

- در حال حاضر هیچ واکسنی برای جلوگیری از ابتلا به COVID-19 وجود ندارد.
- بهترین راه پیشگیری از ابتلا به بیماری قرار نگرفتن در معرض ویروس است.

- دست‌هایمان را مکرر با آب و صابون بشویم.
- اگر آب و صابون نداریم، از ضدعفونی کننده‌های حاوی الکل استفاده کنیم.
- دخان و سیگار را هنگام عطسه یا سرفه دیگران نبوشانیم.
- از تماس با افرادی که علائم شبیه آنفلوآنزا دارند، خودداری کنیم.
- از تماس با حیوانات شته یا حیوانات وحشی و اهلی خودداری کنیم.
- در تجمعات انبوه حتماً با ماسک استفاده کنیم و از ریختن دست‌ها در دهان یا دیگران بپرهیزیم.
- حفظ فاصله یک متری با کسانی که علائم بیماری دارند ضروری است.
- هنگام سرفه یا عطسه، دستمال جیبی دهان گرفته و بعد از آن را درون سطل زباله بیندازیم.
- آبیاری و سطوحی که اغلب لمس می‌کنیم را ضدعفونی کنیم.
- در مکان‌های شلوغ و حمل و نقل عمومی از لمس وسایل و سطوح عمومی بپرهیزیم.
- از لمس چشم و صورت خود بپرهیزیم.
- با دست‌های آلوده استریل شده بپرهیزیم.
- سعی کنید دستکش بپوشیم.
- بگذار مصرف همراه داشته باشیم.
- از تماس نزدیک با افراد مریض خودداری کنیم.
- افراد و وسایل شخصیتان را تمیز و استریل و از دیگران جدا کنیم.
- همیشه قبل از غذا دست‌هایمان را بشویم.
- گوشت و تخم مرغ را کاملاً بپزیم.
- در خانه بهداشت بگیریم.



در صورت برخورد با کسی که ویروس کرونا دارد، چه کار کنیم؟

بعد از آخرین تماس نزدیک با فرد بیمار ۱۴ روز مراقب این علائم باشید

بهداشت
دست، آلودگی
و مهم‌ترین جاذبه
مقاومت

- لبه، دو بار در روز دمای بدنشان را چک کنید.
- سرفه
- تنگی نفس یا مشکل در تنفس.
- سایر علائم اولیه مانند:
 - آبریز
 - درد بدن
 - گلو درد
 - سردرد
 - استهال
 - تهوع
 - استفراغ
 - آبریزش بینی
- اگر علائم مذکور را ندارید، می‌توانید فعالیت‌های خود روزه مانند رفتن به محل کار، مدرسه یا سایر مناطق عمومی را ادامه دهید.

بهداشت دست، آلودگی و مهم‌ترین جاذبه مقاومت

با همکاری سازمان نظام پزشکی، جمعیت هلال احمر و انجمن پزشکان آموزش در حال برگزاری است

دوره اختصاصی آموزش همگانی آشنایی و مقابله با ویروس کرونا آنلاین و رایگان برای عموم مردم

مباحث دوره آموزشی آنلاین مقابله با ویروس کرونا

- علائم و نشانه‌ها
- راه‌های انتقال
- راهکارهای پیشگیری
- روش صحیح استفاده از ماسک
- کتابچه‌های آموزشی تولید
- برای شرکت در کارگاه به این آدرس مراجعه کنید

<http://corona.irimc.org>

۳۰ از تمامی پزشکان، پرستاران، کادر درمانی و داوطلبان اینارگر سرتاسر جهان برای تلاش هایشان در برابر ویروس **کرونا** متشکرم



ICRC

دولت اسلامی افغانستان

جمعیت هلال احمر افغانستان

۲۸ **کرونا** را تشکیم می دهیم



همه ما کنار هم هستیم
و با هم آن را پشت سر خواهیم گذاشت.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

جمعیت هلال احمر افغانستان

۳۳ برای مراقبت از افراد بیمار در شرایط شیوع **کرونا**

مطمن شوید

- در خانه می مانند
- غذای مناسب می خورند
- استراحت کافی دارند
- مایعات فراوان بنوشند

و به اقدام ضروری دسترسی دارند

- لشک و چنگال و ظرف غذاخوری
- بالتی و یلو و تشک و لماف

ICRC

دولت اسلامی افغانستان

جمعیت هلال احمر افغانستان

۳۵ **نامل کووید-۱۹ (ویروس کرونا)** می تواند از طریق: **سرفه، عطسه و با حسی صحبت کردن** از فرد آلوده به دیگران منتقل شود.

فطرات ریز آلوده می تواند با ورود به دهان و بینی فردی که در نزدیکی قرار دارد، او را آلوده کند.

۱ متر

حداقل یک متر
از کسی که سرفه یا عطسه می کند فاصله داشته باشید.

ICRC

دولت اسلامی افغانستان

جمعیت هلال احمر افغانستان

۳۸

در همه گیری جهانی

ویروس کرونا

هر فرد باید نقشی را بپذیرد



۲۷

جوانان، داوطلبان و کارمندان

صلیب سرخ و هلال احمر

سراسر جهان به خاطر شما مشغول کار هستند.

به خاطر آنها
در خانه بمانید



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies



۲۱

ویروس کرونا

چگونه منتشر می شود؟

WHO

روش انتشار بیماری

بیماری کووید ۱۹ عمدتاً زمانی که یک شخص مبتلا صحبت و یا سرفه و عطسه می کند، از فردی به فرد دیگر منتقل می شود. قطرات ریز می توانند در دهان و بینی افرادی که در نزدیکی قرار دارند وارد شده و آنها را مبتلا کند.



چه باید کرد؟



اینکه قطرات تا چه مدت روی سطوح باقی می ماند اما ضدعفونی کننده اما می دانیم که ضدعفونی کننده های معمولی ویروس را از بین می برند.



قطرات می توانند روی اشیاء و سطوح هم قرار بگیرد. بنابراین با دست آلوده شست و دهن و بینی را لمس نکنید.



از شخصی که علامت سرفه و یا عطسه را دارد ۱/۵ متر فاصله داشته باشید



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies



۲۵

اگر در خانه بمانید، برای کسانی که

نمی توانند در خانه بمانند امنیت ایجاد می کنید



نیروهای خدماتی و پاکبان ها



خبرین و داوطلبان امدادی کمک



پزشکان و کادر درمانی



کارکنان آرامگاه ها و محل جنازه



نیروهای امنیتی و پلیس



کارکنان فروشگاه های مواد غذایی



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

دعا می کنیم



۳۲

در برابر ویروس کرونا فاصله فیزیکی را رعایت کنیم

International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

د قلم می فایم



۳۴

آنتی بیوتیک ها فقط روی باکتری ها موثرند.
عامل کووید-۱۹ (کرونا) جزو ویروس هاست
و آنتی بیوتیک بر آن بی اثر است

سج: WUOL

International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

۲۴

کرونا را شکست می دهیم اگر: در خانه بمانیم

د قلم می فایم

ویروس کرونا چگونه منتشر می شود؟

ویروس کرونا خیلی سریع منتشر می شود.
اگر تعداد زیادی از افراد جامعه همزمان مبتلا شوند،
بیمارستان ها توان مقابله نخواهند داشت.
در این صورت تجهیزات درمانی و اقلام دارویی برای
رسیدگی به افراد نیازمند کافی نخواهند بود.

International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

۳۱

در همه گیری جهانی ویروس کرونا هر فرد باید نقشی را بپذیرد

من هم مسئولیت انتشار
اطلاعات صحیح و مفید
را بر عهده می گیرم.



ICRC



سج: WUOL

کرونا و استرس

کرونا، ترس، یادگیری، رشد
من خواهم دید در کدام تأخیر و تدبیر کنید؟

۱ در مرحله یادگیری:

این مرحله شامل ۱۲ تصویر است که نشان‌دهنده یادگیری و تمرین است. تصاویر شامل: ایستادن با دست‌ها بالا، ایستادن با دست‌ها در کنار، ایستادن با دست‌ها در جلوی بدن، ایستادن با دست‌ها در پشت بدن، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا، ایستادن با دست‌ها در کنار و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین.

کرونا، ترس، یادگیری، رشد
من خواهم دید در کدام تأخیر و تدبیر کنید؟

۲ اگر دچار ترس شوید:

این مرحله شامل ۱۲ تصویر است که نشان‌دهنده مدیریت ترس و تمرین است. تصاویر شامل: ایستادن با دست‌ها بالا، ایستادن با دست‌ها در کنار، ایستادن با دست‌ها در جلوی بدن، ایستادن با دست‌ها در پشت بدن، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا، ایستادن با دست‌ها در کنار و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین.

کرونا، ترس، یادگیری، رشد
من خواهم دید در کدام تأخیر و تدبیر کنید؟

۳ در مرحله رشد:

این مرحله شامل ۱۲ تصویر است که نشان‌دهنده رشد و تمرین است. تصاویر شامل: ایستادن با دست‌ها بالا، ایستادن با دست‌ها در کنار، ایستادن با دست‌ها در جلوی بدن، ایستادن با دست‌ها در پشت بدن، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا، ایستادن با دست‌ها در کنار و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین، ایستادن با دست‌ها در کنار و بالا و پایین.

اضطراب کرونا بدتر از ویروس کرونا!

اضطراب واکنشی به احساس خطر در شرایط ترسناک واقعی یا ذهنی است.

علائم جسمانی اضطراب:

۱. افزایش ضربان قلب
۲. تنفس سریع
۳. خشکی دهانی
۴. احساس بی‌ثباتی در بدن
۵. احساس گریه
۶. لرزیدن و تشنه شدن

علائم عاطفی اضطراب:

۱. احساس ترس بیش از حد برای یافتن علائم خطر
۲. بیش‌ترین بدترین ها
۳. احساس نشت
۴. تحریک پذیری و احساس خالی شدن ذهن

چه باید کرد؟

۱. تخیل و آرزو من تواند محرک اضطراب باشد.
۲. سعی کنید تا ترس از راه دور را با داشتن یا با دیگران حذف کنید.
۳. برخی از مسئولیت‌ها را با کمک کنید.
۴. حداقل روزی ۳۰ دقیقه در خانه ورزش کنید.
۵. ۱۵ الی ۲۰ ساعت خواب با کیفیت داشته باشید.
۶. در مصرف کافئین، شکر و مواد گند کننده مفرط احتیاط کنید.

کرونا و استرس

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای کمک به کودکان در زمان مواجهه با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا، به حرف‌های کودکان گوش دهید، با مهربانی یا او صحبت کنید و به او اطمینان خاطر و قوت قلب بدهید.



این فعالیت بازاریابی بر روی مایه آموزشی می باشد.
www.medu.ac.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای کمک به کودکان در زمان مواجهه با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا، واقعیت‌های بیماری کرونا را با کلمات و مفهومی که برای سن کودک قابل درک باشد برایش توضیح دهید و اطلاعات واقعی درباره راه‌های کاهش خطر ابتلا به بیماری و پیشگیری از آن به او بدهید تا از خودش بیشتر مراقبت کند.



این فعالیت بازاریابی بر روی مایه آموزشی می باشد.
www.medu.ac.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای کمک به کودکان در زمان مواجهه با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا، والدین در صورت امکان، برنامه‌های روزمره و منظم کودک را به شکل قبل ادامه دهند؛ تغییر در شرایط بحرانی می‌تواند کودک را آشفته کند.



این فعالیت بازاریابی بر روی مایه آموزشی می باشد.
www.medu.ac.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای کمک به کودکان در زمان مواجهه با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا، والدین در صورت امکان، برنامه‌های روزمره و منظم کودک را به شکل قبل ادامه دهند؛ تغییر در شرایط بحرانی می‌تواند کودک را آشفته کند.



این فعالیت بازاریابی بر روی مایه آموزشی می باشد.
www.medu.ac.ir

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و استرس

در روزهای قرنطینه، چطور فضای خانه را آرام نگه داریم؟ (۱)

۱. زمان استفاده از کامپیوتر، گوشی و بازیهای فردی را کمتر کنیم.
۲. یادمان باشد چرا در خانه هستیم.
۳. در مورد اهداف بزرگ و مشترک فرزندان صحبت کنیم.
۴. صبح‌خوابی و سرتش نکنیم.
۵. انتظارات و توقعات خود را کم کنیم.
۶. از واکنش‌های تند و ادامه بحث‌های خجالتی پرهیزیم.
۷. به شخصیت هم احترام بگذاریم.

سایت آموزش و مهارت‌آموزی: <http://corona.ir>

در روزهای قرنطینه، چطور فضای خانه را آرام نگه داریم؟ (۲)

۱. یاد روزهای گذشته را زنده کنیم و دوره‌های شادمانه یا فرزندان داشته باشیم.
۲. گوش شنوا داشته باشیم.
۳. بازار خاطره، داستان و بازی‌های گروهی را گرم کنیم.
۴. با پدر، مادر یا سایر اقوام تماس تصویری بگیریم.
۵. به جای تمرکز روی «من» روی «ما» تمرکز کنیم.
۶. به خاطر چیزهای کوچک عصبانی نشویم و از توهین به هم اجتناب کنیم.
۷. در امور خانه به هم کمک کنیم! یادمان باشد یک تیم هستیم.

کرونا یا ما می
و عملی بشناسید
<http://corona.ir>

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از استرس، به شایعات توجه نکنید و خبرهای مهم و رسمی را از منابع معتبر دنبال کنید.

سایت آموزش و مهارت‌آموزی: <http://corona.ir>

والدین و کووید-۱۹

تغییر رویه رفتار بد کودک

- رفتار بد کودکان را به موقع شناسایی کنید و توجه کودک را از رفتار بد به رفتار خوب تغییر دهید.
- قبل از شروع رفتار بد کودک، متوقفش کنید. موقعی که کودک انگار به قراری کرد، شما سعی کنید توجه کودک را به چیزهای دوست داشتنی و جذاب جلب کنید.
- مثلاً به توفند بد کودک بگویید: بیا بریم با هم بازی کنیم.

کرونا و استرس

۱۶

مقابله با استرس

در زمان همه گیری ویروس کرونا

منبع: WHO



احساس غم، استرس، سردرگمی، ترس و غم‌انگیزی در جریان بحران، **کاملاً طبیعی** است. صحبت کردن و درد دل با افراد مورد اعتماد و برقراری ارتباط با افراد خانواده و دوستان می تواند کمک کننده باشد.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies



۱۵

مقابله با استرس

در زمان همه گیری ویروس کرونا

منبع: WHO



بدانید که هر آنچه درباره ویروس کرونا می خوانید یا می شنوید، لزوماً **درست** نیست. اخبار را از منابع معتبر مثل وزارت بهداشت و درمان، سازمان جهانی بهداشت (WHO) و یا **جمعیت هلال احمر** دریافت کنید.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies



۱۹

مقابله با استرس

در زمان همه گیری ویروس کرونا

منبع: WHO



مهارت هایی را که در گذشته برای عبور از تأملیات، یاری گر شما بوده اند، مجدداً به کار بگیرید و از آنها برای **مدیریت احساسات** در جریان وقوع همه گیری بهره مند شوید.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies



۱۸

مقابله با استرس

در زمان همه گیری ویروس کرونا

منبع: WHO



اگر بایست **در منزل بمانید**، لازم است شرایط زندگی سالم شامل رژیم غذایی خاص، خواب، استراحت، ورزش و ارتباطات اجتماعی با افراد خانواده و دوستان را از طریق تلفن و رسانه های اجتماعی فراهم کنید.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies



کرونا و استرس

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای کمک به کودکان در زمان مواجهه با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا، والدین با کودکان بازی‌هایی همچون پانتومیم، قصه گویی و بازیهای دسته جمعی انجام دهند.



این فعالیت را با بزرگسالان و کودکان ۱۰ تا ۱۲ ساله انجام دهید.
www.rcyobanban.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

در زمان شیوع ویروس کرونا، اگر کودکان دچار استرس شوند، ممکن است به روش‌های مختلفی به استرس واکنش نشان دهند مانند وابستگی بیشتر، اضطراب، عصبانیت، آشفتگی، شب‌آزاری و... در این مواقع به واکنش‌های کودکان به گونه‌ای حمایت‌ناه پاسخ دهید و به نگرانی‌هایشان گوش دهید.



این فعالیت را با بزرگسالان و کودکان ۱۰ تا ۱۲ ساله انجام دهید.
www.rcyobanban.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

جهت کمک به کودکان در زمان مواجهه با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا، بیشتر به آنها محبت کنید، چون او هم مثل ما در شرایط سخت، بیشتر به عشق و محبت نیاز دارد.



این فعالیت را با بزرگسالان و کودکان ۱۰ تا ۱۲ ساله انجام دهید.
www.rcyobanban.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

جهت کمک به کودکان در زمان مواجهه با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا، با آنها بیشتر بازی کنید؛ بازی‌ها، ترس‌های کودکان را محو می‌کنند.



این فعالیت را با بزرگسالان و کودکان ۱۰ تا ۱۲ ساله انجام دهید.
www.rcyobanban.ir

دکتر، پژوهش و فناوری جمعیت

کرونا و استرس



کرونا و استرس

۱. بپذیرید که اضطراب شما کاملاً طبیعی است



اگر تعطیل مدارس و سرایتگر خیزهای هشدار آمیز باعث احساس اضطراب در شما شده است، بدانید که شما تنها نیستید. روانشناسان از دیرباز دریافته‌اند که داشتن اضطراب عملکردی کاملاً طبیعی و سالم است و در واقع تهدیدها را به ما هشدار می‌دهد و کمک‌مان می‌کند تا برای محافظت از خودمان اقداماتی انجام دهیم.

unicef | for every child

چگونه نوجوانان می‌توانند از سلامت روان خود در دوران همه‌گیری بیماری کرونا محافظت کنند؟

برای دیدن پاسخ ورق بزنید ...

unicef | for every child

۲. ذهن‌تان را متوجه موضوعات دیگر کنید



یکی از راه‌هایی که به ما کمک می‌کند تا با شرایط سخت کنار بیاییم، این است که ذهن خود را متوجه موضوعات دیگر کنیم و مواظب خود را از موضوعات نگران‌کننده پرت کنیم. انجام تکالیف درسی، تماشای فیلم‌های مورد علاقه و یا خواندن کتاب داستان موجب خواب راحت‌تری برای دستیابی به آرامش و تهاون در زندگی روزمره هستند.

unicef | for every child

۳. راه‌های جدید برای ارتباط با دوستان‌تان پیدا کنید



اگر می‌خواهید با دوستان‌تان وقت بگذرانید و در عین حال فاصله اجتماعی را هم رعایت کنید، استفاده از رسانه‌های اجتماعی بهترین راه ارتباطی است. سعی باشید به چالش‌هایی که درباره سلامت در رسانه‌های اجتماعی دیده‌اید آمادگی، بی‌وفاداری مانند واکسیناسیون نیست‌ها.

unicef | for every child

کرونا و استرس

۳. راههای جدید برای ارتباط با دوستان تان پیدا کنید



اگر می‌خواهید با دوستان تان وقت بگذرانید و در عین حال فاصله اجتماعی را هم رعایت کنید، استفاده از رسانه‌های اجتماعی بهترین راه ارتباطی است. سعی باشید به چالش‌هایی که درباره سلامت در رسانه‌های اجتماعی پیدا کرده‌اید، پیوندید مانند واکسیناسیون دست‌ها.

unicef | for every child

۴. بر روی خود تمرکز کنید



همچون وقت دوست داشته‌اید که کار جدیدی یاد بگیرید؟ حالا وقت انجام این کار است. تمرکز بر خودتان و پیدا کردن راه‌هایی برای استفاده از این فرصت و زمان به دست آمده، راه‌هایی برای مراقبت از سلامت روان تان است.

unicef | for every child

۵. احساسات خود را بشناسید و بپذیرید



لغو برنامه‌های تان با دوستان، سرگرمی‌ها یا مسابقات ورزشی، بسیار ناراحت کننده است. ولی این نکته مهم است که بهبود مس ناراحتی را در خودتان بپذیرید. بعضی‌ها به کارهای عادی روز می‌آورند، بعضی دوست دارند با دوستانشان حرف بزنند. مهم این است که همان کاری که احساس می‌کنید برایتان بهتر است را انجام دهید.

unicef | for every child

۶. با خودتان و با دیگران مهربان باشید



بعضی نوجوانان به دلیل بومانی کرونا مورد آزار و سوءاستفاده قرار می‌گیرند. اگر شما شاهد این هستید که یکی از دوستان تان مورد آزار قرار گرفته، به کمکش بشکوبید و پیشنهاد حمایت به او بدهید. مهربانی شما می‌تواند موثر باشد و تغییر ایجاد کند.

unicef | for every child

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و استرس

لحظه برخورد با استرس ناشی از شیوع ویروس کرونا

تأثیر استرس بر سیستم ایمنی بدن، بدن را ضعیف می‌کند و به ویروس کمک می‌کند تا به بدن نفوذ کند. بنابراین، مدیریت استرس برای جلوگیری از ابتلا به ویروس کرونا بسیار مهم است.

برای مدیریت استرس، به روش‌های زیر عمل کنید:

- تغذیه سالم: مصرف میوه و سبزیجات تازه، به خصوص میوه‌های حاوی ویتامین C مانند پرتقال و کیوی.
- تمرینات تنفسی: تمرینات تنفسی عمیق و آرام، به کاهش استرس و بهبود تنفس کمک می‌کند.
- استراحت: به بدن خود استراحت دهید و به خواب کافی توجه کنید.
- فعالیت بدنی: ورزش سبک، به بهبود خلق و خو و کاهش استرس کمک می‌کند.
- تسلط بر اطلاعات: به اخبار و اطلاعات معتبر، به روشی متعادل و بدون افراط، دسترسی داشته باشید.
- توجه به سلامت روان: به سلامت روان خود توجه کنید و در صورت نیاز، به متخصصان مراجعه کنید.

نوصیه‌هایی در خصوص برخورد با استرس کودکان ناشی از شیوع ویروس کرونا

کودکان به دلیل عدم آشنایی با ویروس کرونا، ممکن است دچار استرس و اضطراب شوند. بنابراین، به کودکان توضیح دهید که ویروس کرونا چیست و چگونه می‌توان از ابتلا به آن جلوگیری کرد.

برای مدیریت استرس کودکان، به روش‌های زیر عمل کنید:

- تغذیه سالم: مصرف میوه و سبزیجات تازه، به خصوص میوه‌های حاوی ویتامین C مانند پرتقال و کیوی.
- تمرینات تنفسی: تمرینات تنفسی عمیق و آرام، به کاهش استرس و بهبود تنفس کمک می‌کند.
- استراحت: به بدن خود استراحت دهید و به خواب کافی توجه کنید.
- فعالیت بدنی: ورزش سبک، به بهبود خلق و خو و کاهش استرس کمک می‌کند.
- تسلط بر اطلاعات: به اخبار و اطلاعات معتبر، به روشی متعادل و بدون افراط، دسترسی داشته باشید.
- توجه به سلامت روان: به سلامت روان خود توجه کنید و در صورت نیاز، به متخصصان مراجعه کنید.

آمادگی در برابر ویروس کرونا

در زمان شیوع ویروس کرونا، اگر کودکان دچار استرس شوند، ممکن است به روش‌های مختلفی به استرس واکنش نشان دهند مانند: اضطراب، عصبانیت، آشفتگی، شب‌آزاری و... در این مواقع به واکنش‌های کودکان به گونه‌ای حایمانه پاسخ دهید و به نگرانی‌هایشان گوش دهید.



این گزارش حاصل از پژوهش‌های انجام شده در سال ۱۴۰۱ می‌باشد.
www.zayebastan.ir

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا و ویروس

کرونا و استرس



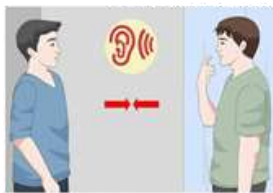
گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و اوتیسم



آمادگی در برابر ویروس کرونا

افراد ناشنوا برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا باید به هنگام لب خوانی مخاطب فاصله دو متری را رعایت کنند و هنگام از لباط با فرد ناشنوائی دیگر از زبان اشاره استفاده کنند.



این اطلاعیه جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.socredcrescent.ir



آمادگی در برابر ویروس کرونا

با فرد دارای اختلال رفتاری مانند اوتیسم در مورد ویروس کرونا با زبان نرم، ساده و آرام صحبت کنید.



این اطلاعیه جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.socredcrescent.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

افراد دارای اختلال های رفتاری مانند اوتیسم، پیش فعالی، دمانس و اترایمر نمی توانند از خود مراقبت کنند. به همین دلیل برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، والدین و مراقبان این بیماران در کنار آنها از تکنیک های بازی نمایشی برای شنیدن دستهای این افراد استفاده کنند.



این اطلاعیه جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.socredcrescent.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

افراد ناشنوا برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا باید، پس از هر بار خارج کردن سمک از گوش، سلوچ سمک و باتری آن را ضد عفونی کنند.



این اطلاعیه جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.socredcrescent.ir

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و آرایشگاه

نویسنده های بهداشتی در مراکز ویروسی کرونا در آرایشگاه ها

نکات بهداشتی که مراجعین باید در زمان حضور در آرایشگاه رعایت کنند

۴

- مصرفه از آرایشگر خود بخواهید قبل از شروع کار ضد آلودگی را با آب و صابون شسته و یا با مواد الکلی ضد عفونی کند
- در طول مدت حضور در آرایشگاه حتماً از ماسک و دستکش یک بار مصرف استفاده کنید
- ترجمه از قهوه و نود و شخصی خودتان استفاده کنید و در غیر این صورت از آرایشگر بخواهید آنها را در حضور شما ضد عفونی کند
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید

سازمان بهداشتی جهانی | CORONA | irime_corona

نویسنده های بهداشتی در مراکز ویروسی کرونا در آرایشگاه ها

نکات بهداشتی که مراجعین باید در زمان حضور در آرایشگاه رعایت کنند

۳

- در طول مدت حضور در آرایشگاه حتماً از ماسک و دستکش یک بار مصرف استفاده کنید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید

سازمان بهداشتی جهانی | CORONA | irime_corona

نویسنده های بهداشتی در مراکز ویروسی کرونا در آرایشگاه ها

نکات بهداشتی که مراجعین باید پس از اتمام کار در آرایشگاه رعایت کنند

۵

- پس از اتمام کار در آرایشگاه حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- پس از اتمام کار در آرایشگاه حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- پس از اتمام کار در آرایشگاه حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- پس از اتمام کار در آرایشگاه حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- پس از اتمام کار در آرایشگاه حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- پس از اتمام کار در آرایشگاه حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- پس از اتمام کار در آرایشگاه حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید

سازمان بهداشتی جهانی | CORONA | irime_corona

نویسنده های بهداشتی در مراکز ویروسی کرونا در آرایشگاه ها

لوازمی که مراجعین به آرایشگاه باید به همراه خود داشته باشند

۲

- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید

سازمان بهداشتی جهانی | CORONA | irime_corona

نویسنده های بهداشتی در مراکز ویروسی کرونا در آرایشگاه ها

رعایت اصول بهداشتی برای مراجعین پیش از حضور در آرایشگاه

۱

- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید
- در صورتی که آرایشگر با شما تماس داشته باشد حتماً دستش را با صابون و آب گرم و صابون بشوید

سازمان بهداشتی جهانی | CORONA | irime_corona

کرونا و زنان باردار

شیردهی ایمن در مادرانی که نمی توانند شیر خود را به کودک بدهند

اگر مادران مبتلا به **کووید-۱۹ (کرونا)** به دلیل شیردهی کودک از طریق سینه بیش از حد **احساس ناراحتی** کنند، باید برای تغذیه کودک از روشهای زیر حمایت و تشویق شوند:

- تغذیه با شیر مادران دیگر
- شیردهی از سینه
- شیردهی منطقه

World Health Organization

مادران آلوده به کرونا

در صورت تمایل می توانند با رعایت نکات زیر به کودکان خود **شیر بدهند**

- برای حفظ سلامت ریه هایتان ماسک بزنید.
- قبل و بعد از تماس با کودک دستانتان را بشوئید.
- به طور مرتب و روزانه سطوح را تمیز و ضد عفونی کنید.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

روش های محافظت در برابر ویروس کرونا در دوران بارداری

- از دست زدن به چشم، بینی و دهان خودداری کنید
- به طور مرتب دستان خود را بشوئید
- هنگام عطسه و سرفه دهانتان را با آرنج یا دستمال کاغذی بپوشانید
- فاصله خود را با دیگران حفظ کنید

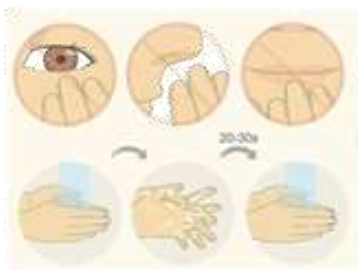
اگر تب، سرفه یا مشکل تنفسی دارید، سریعاً به دنبال درمان باشید. بیش از مراجعه به درمانگاه ابتدا تماس بگیرید و به توصیه های پزشک عمل کنید.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

کرونا در سفر

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در صورت لزوم به سفر حتماً در طول سفر شستن مداوم دست‌ها به خصوص به هنگام خوردن و آشامیدن را به یاد داشته باشید و از مالیدن دست‌ها به چشم و بینی و دهان پرهیزید.



این اطلاعات به‌کار می‌رود. برای آگاهی بیشتر، به سایت www.modarresan.ir مراجعه کنید.

آمادگی در برابر مخاطرات

در صورت لزوم به سفر، قبل از سفر علائم سلامتی خود را چک کنید و مطمئن شوید سالم هستید. اگر تب داشته باشید از ورود شما به شهر مقصد ناانجام‌گیری عمل می‌آید.



این اطلاعات به‌کار می‌رود. برای آگاهی بیشتر، به سایت www.modarresan.ir مراجعه کنید.

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از شیوع ویروس کرونا، در صورت لزوم به سفر حتماً ماسک، داروهای تب‌پر، ژل شست و شو، دستمال کاغذی، کیسه زباله، ظروف یکبار مصرف، صابون، مایع ضدعفونی کننده و کیسه فریزر به همراه داشته باشید.



این اطلاعات به‌کار می‌رود. برای آگاهی بیشتر، به سایت www.modarresan.ir مراجعه کنید.

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، از رفتن به سفرهای غیرضروری خودداری کنید.



این اطلاعات به‌کار می‌رود. برای آگاهی بیشتر، به سایت www.modarresan.ir مراجعه کنید.

کرونا در سفر

آمادگی در برابر مخاطرات

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، از رفتن به سفر خودداری کنید.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
© 2020 Red Cross education - www.redcrosseducation.ir

چگونه در سفر از نقاط آلوده به ویروس کرونا در امان بمانیم؟

۱. تا آنجا که امکان دارد به سفر نروید.
۲. اگر دچار سرماخوردگی هستید یا تب دارید حتماً از مسافرت خودداری کنید.
۳. از تماس نزدیک با همسفران، که تب و سرفه دارند، خودداری کنید.
۴. دستهای خود را با آب و صابون یا ژل ضدعفونی کننده بشوید.
۵. از مسافرت با هواپیما یا قطار خودداری کنید.
۶. از مسافرت با اتوبوس یا قطار خودداری کنید.
۷. در مسافرت ها از دست دادن بپوشانید.
۸. از دست زدن به صورت خودداری کنید.
۹. اگر در حین سفر مریض شدید، حتماً سفر را در جریان بگذارید.
۱۰. از دست زدن به سطوح داخلی وسیله سفر مانند هیلد، ایرکندینگ، ... خودداری کنید.
۱۱. ماسک، دستکش و یکبار مصرف وود الکلی همراه داشته باشید.
۱۲. حتی ظرف غذای پخته بخورید.
۱۳. از سالم بودن گوشت، صدف و غذاهای دریایی اطمینان بگیرید.

هنگام مسافرت اصول بهداشتی را رعایت کنید

۱. اگر تب یا سرفه دارید از سفر کردن خودداری کنید.
۲. اگر تب، سرفه یا مشکلات تنفسی دارید هر چه سریع تر به پزشک مراجعه کنید.
۳. اگر اخیراً سابقه مسافرت داشته اید به پزشک خود اطلاع دهید.



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies



کمیته ملی هلال احمر ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام سوار شدن خودروی شخصی خود، دستگیره ها را با یک ضدعفونی کننده یا حداقل ۶۰ درصد الکل، ضدعفونی کنید.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
© 2020 Red Cross education - www.redcrosseducation.ir

کرونا و سیزده بدر



گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و سیزده بدر



کرونا و سیزده بدر



گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و سالمندان

نقشه راهنمای سالمندان و اقربای

این نقشه راهنمای سالمندان و اقربای برای مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس طراحی شده است. این نقشه شامل 12 بخش است که در آن به روش‌های مختلف مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس اشاره شده است.

1. استفاده از ماسک و دستکش	2. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	3. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
4. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	5. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	6. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
7. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	8. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	9. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
10. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	11. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	12. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از شیوع ویروس کرونا، به فرزندان در منزل یادآوری کنید که از بفل کردن و پوشیدن ماسک بزرگ و پدر بزرگ خود جداً خودداری کنند.



این نقشه راهنمای سالمندان و اقربای برای مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس طراحی شده است. این نقشه شامل 12 بخش است که در آن به روش‌های مختلف مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس اشاره شده است.

مراقبت از بیماران مبتلایان در منزل در زمان شیوع ویروس کرونا

این نقشه راهنمای سالمندان و اقربای برای مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس طراحی شده است. این نقشه شامل 12 بخش است که در آن به روش‌های مختلف مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس اشاره شده است.

1. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	2. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	3. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
4. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	5. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	6. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
7. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	8. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	9. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
10. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	11. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	12. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار

نقشه راهنمای سالمندان و اقربای

این نقشه راهنمای سالمندان و اقربای برای مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس طراحی شده است. این نقشه شامل 12 بخش است که در آن به روش‌های مختلف مراقبت و پیشگیری از کرونا ویروس اشاره شده است.

1. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	2. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	3. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
4. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	5. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	6. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
7. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	8. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	9. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار
10. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	11. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار	12. استفاده از دستکش و ماسک هنگام تماس با فرد بیمار

کرونا و کارمندان

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از شیوع ویروس کرونا، در خانه بمانید و سال جدید را با تلفن یا در فضای مجازی تبریک بگویید و از دید و بازدید نوروزی خودداری کنید.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
red_education www.rededucation.ir

پیشگیری از ابتلا به کرونا برای کارمندان - ۲ -

پس از تماس یا سطوح آلوده سریع دست هایتان را با آب و صابون بشوئید.



پیشگیری از ابتلا به کرونا برای کارمندان - ۱ -



گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا و ویروس

کرونا و معلولین



آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، معلولان جسمی حرکتی با توجه به قدرت انتقال بالای ویروس کرونا بر روی سطوح آلوده‌شده در صورت استفاده و پنجر و همای آلوده‌شده از دستکش استفاده کنند.



این مطلب بخشی از دوره آموزشی جمعیت هلال احمر است.
www.halalshams.org

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از شیوع ویروس کرونا، معلولان جسمی حرکتی از تردد بی‌مورد اجتناب کنند و در صورت لزوم به مکان‌های عمومی حتماً از همراه کمک بگیرند.



این مطلب بخشی از دوره آموزشی جمعیت هلال احمر است.
www.halalshams.org

آمادگی در برابر ویروس کرونا

همراهان معلولان جسمی حرکتی توجه داشته باشند که لاستیک و پنجر پس از هر بار استفاده در خارج از خانه شستشو گردد و سطوحی از و پنجر که مدام در تماس با دست می باشد ضدعفونی شوند.



این مطلب بخشی از دوره آموزشی جمعیت هلال احمر است.
www.halalshams.org

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، معلولان جسمی حرکتی در صورت اجاز نگهداری و پنجر در داخل خانه از فضای مخصوص و پنجر با رعایت کامل بهداشتی از قبیل زیرانداز بهداشتی و یک بار مصرف استفاده کنند.



این مطلب بخشی از دوره آموزشی جمعیت هلال احمر است.
www.halalshams.org



کرونا و نابینایان

آمادگی در برابر ویروس کرونا

همراهان و خانواده افراد نابینا برای پیشگیری از ابتلای اعضای نابینای خود به ویروس کرونا باید با دست فرد نابینا تماس نداشته باشند و با لمس لباس برای جهت یابی و حرکت به او کمک و فاصله را رعایت کنند.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
ros_education www.roseducation.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

افراد نابینا برای پیشگیری از ابتلای به ویروس کرونا باید هنگام خروج از منزل از ماسک، دستکش و عینک استفاده کنند و پس از بازگشت به منزل عصای سفید و عینک خود را ضدعفونی کنند.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
ros_education www.roseducation.ir

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و نانوائی

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا نانوائی ها باید موارد زیر را رعایت کنند.



آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا هنگام خرید برای برداشتن و جعبه از کارت استفاده کنید و از دریافت کننده وجه بخواهید اجازه دهند خودتان کارت را در دستگاه کارتخوان بکشید و ایشان مبلغ و رمز کارت را وارد نمایند.



آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا نانوائی ها باید موارد زیر را رعایت کنند.



رعایت اصول بهداشتی و ایمنی

در محیط کار نانوائی



رعایت اصول بهداشت فردی

توسط کارکنان نانوائی



رعایت اصول بهداشتی

در مورد خرید، نگهداری و مصرف نان





گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و وسایل نقلیه

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در هر بار مراجعه سواست گوی ترین کار و با کمترین ریسک، جابجایی با یک خودروی خود را در ابتدا تا اطمینان کاملی به فرایند برای گرفتن سوخت خود.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در ساعات پرتردد از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده نکنید. در صورت استفاده از اتوبوس، مستقیم دست خود با سطوح در اتوبوس خودداری کنید.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام استفاده از خودروی شخصی از مسکن استفاده کنید و پس از پایان شدن مسکن را طوری از دستتان خارج کنید که هیچ جای بدن با قسمت زردی مسکن تماس پیدا نکند.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در وسایل نقلیه عمومی نظیر اتوبوس و مترو از خوردن و آشامیدن خودداری کنید.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام استفاده از وسایل نقلیه عمومی نظیر اتوبوس و مترو، در جاهای خلوت کثافتی نشو. که فاصله گذاری را مشخص می کند بشوید.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

در صورت لزوم به سایر افراد از وسایل نقلیه عمومی مانند اتوبوس و هواپیما استفاده می کنید. برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا از تماس مستقیم با دستهای دیگران پرهیز کنید.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام استفاده از وسایل نقلیه عمومی نظیر اتوبوس و مترو، از تماس دست خود با سطوح مانند میله ها دستگیره ها و ... خودداری کنید.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام سوخت گیری، حتماً از مسکن استفاده کنید و از تماس مستقیم دست با قسمت های در و جابجایی سوخت و عمل کارت سوخت خودداری کنید.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در ساعات پرتردد از وسایل حمل و نقل عمومی استفاده نکنید. در صورت استفاده فاصله یک متری خود را با شهروندان دیگر حتماً رعایت کنید.



جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا و پروس

کرونا و وسایل نقلیه





گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و وسایل نقلیه

انجمن هلال احمر استان تهران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

کرونا برای وسایل نقلیه

۱ لوازم ضروری مورد نیاز در خودرو



دستمال کاغذی



دستکش یک بار مصرف



ماسک طبی معمولی یا N95



کیسه پلاستیکی یکبار مصرف



اسپری یا محلول ضد عفونی کننده الکلی

ایمنی هلال احمر

CORONA.ir

irime_corona

انجمن هلال احمر استان تهران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

کرونا برای وسایل نقلیه

۲ اقدامات لازم در ارتباط با مسافران



برای تعویض پول داخل خودرو، پولی که قبلاً با آن بارگذاری شده را به جای دیگر بگذارید



از سوار کردن حیوانات خانگی اکیداً خودداری کنید



در صورت امکان، محلول ضد عفونی را در دسترس مسافران قرار دهید



برای تعویض پول داخل خودرو، پولی که قبلاً با آن بارگذاری شده را به جای دیگر بگذارید



تا حد امکان از تماس نزدیک و مستقیم با مسافران خودداری کنید



اکیداً از دست دادن یا مسافرت آشنا و غیره خودداری کنید

ایمنی هلال احمر

CORONA.ir

irime_corona

انجمن هلال احمر استان تهران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

کرونا برای وسایل نقلیه

۴ اقدامات بهداشتی پس از توقف و پایان رانندگی



به محض ورود به خانه دستانتان را با ضد عفونی کننده های الکلی و آب و صابون بشوید



به طور مرتب به حمام بروید و خود را با آب و صابون بشوید



در صورتی که بیمار هستید یا رعایت اصول بهداشتی برای عدم انتقال دیگران در خانه بمانید

ایمنی هلال احمر

CORONA.ir

irime_corona

انجمن هلال احمر استان تهران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

کرونا برای وسایل نقلیه

۵ اقدامات بهداشتی پس از توقف و پایان رانندگی



بعد از توقف و قبل از ورود به خانه، به دقت سطوح داخلی خودرو را با مواد ضد عفونی کننده الکلی تمیز کنید



ماسک و دستکش طبی یکبار مصرف را با رعایت نکات بهداشتی در سطل زباله در بسته بندی قرار دهید



در صورتی که بیمار هستید یا رعایت اصول بهداشتی برای عدم انتقال دیگران در خانه بمانید

ایمنی هلال احمر

CORONA.ir

irime_corona

انجمن هلال احمر استان تهران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

کرونا برای وسایل نقلیه

۴ اقدامات بهداشتی پس از توقف و پایان رانندگی



به محض ورود به خانه دستانتان را با ضد عفونی کننده های الکلی و آب و صابون بشوید



به طور مرتب به حمام بروید و خود را با آب و صابون بشوید



در صورتی که بیمار هستید یا رعایت اصول بهداشتی برای عدم انتقال دیگران در خانه بمانید

ایمنی هلال احمر

CORONA.ir

irime_corona

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام خرید ماسک و دستکش داشته باشید. پس از خرید مراحل چسبازی و جداسازی موادشایی را با دستکش یکبار مصرف انجام دهید.



این کتابتان به حق انحصاری نیست.
CC BY-NC-SA 4.0 [www.creativecommons.org](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، اشیا و سطوحی را که اغلب در طول روز لمس می کنید، ضدعفونی کنید.



این کتابتان به حق انحصاری نیست.
CC BY-NC-SA 4.0 [www.creativecommons.org](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، لباس های بیرون از خانه را مراب در ماشین لباسشویی با مقدار یودر مناسب بشوید. بهتر است پس از خشک شدن آنها را آویز کنید. همچنین هر دو بار استفاده یکبار داخل ماشین لباسشویی را ضدعفونی نمایید.



این کتابتان به حق انحصاری نیست.
CC BY-NC-SA 4.0 [www.creativecommons.org](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در منزل تمام سطوح را ضدعفونی کنید. محلول کتر نیم درصد برای ضدعفونی کردن سطوح بسیار کار ساز است. برای این کار ابتدا یک بطری با ظرف مناسب برای درست کردن محلول تهیه کنید. سپس یک فنجان واندکس یا همان آب زلال را در ظرف با بطری بریزید. ۹ فنجان آب سرد به آن اضافه کنید. ابتدا گرد و خیار روی سطوح را پاک کنید بعد با این محلول سطوح را ضدعفونی کنید.



این کتابتان به حق انحصاری نیست.
CC BY-NC-SA 4.0 [www.creativecommons.org](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، از پرن کودکان به مراکز خرید خودداری کنید.



این کتابتان به حق انحصاری نیست.
CC BY-NC-SA 4.0 [www.creativecommons.org](http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

آمادگی در برابر مخاطرات

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، بطور مرتب دست های خود را با آب و صابون بشویید و یا با مایع الکلی ضدعفونی کنید.



این فعالیت مطابق برنامه عملی آموزشی می باشد.
www.redcrescent.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام استفاده از آسانسور، برای زدن دکمه های آسانسور حتماً دستکش به دست داشته باشید.



این فعالیت مطابق برنامه عملی آموزشی می باشد.
www.redcrescent.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، یک سطل در هر ترجه یا پدال دار، قبل از ورودی منزل بگذارید و قبل از ورود به منزل ماسک و دستکش خود را در آن بیندازید.



این فعالیت مطابق برنامه عملی آموزشی می باشد.
www.redcrescent.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، پس از خرید، محصولات دارای بسته بندی مانند ماست، شیر، آبلیمو، کنسروها و... را قبل از جاسازی، ابتدا با مایع بشویید و سپس خشک کنید و بعد در یخچال جا دهید.



این فعالیت مطابق برنامه عملی آموزشی می باشد.
www.redcrescent.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، به یاد داشته باشید که کش ها منبع مهم آلودگی هستند. پس بیرون از در ورودی منزل، جایی برای کش ها در نظر بگیرید.



این فعالیت مطابق برنامه عملی آموزشی می باشد.
www.redcrescent.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

در مکان هایی که رطوبت محل کار بالا می باشد مانند پرورش شیلات، شاکرزارها حتماً از لوازم محافظت فردی از قبیل دستکش، چکمه و لباس کار استفاده نمایید.



این فعالیت مطابق برنامه عملی آموزشی می باشد.
www.redcrescent.ir

کرونا و بهداشت



گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و بهداشت



۳ مراقب انتقال بیماری به دیگران باشید

هنگام سرفه یا عطسه دهان و بینی تان را با دستمال کاغذی، آستین یا آرنج بپوشانید.



دستمال کاغذی را پس از استفاده داخل سطل زباله در بسته ببندارید.



هنگام مراقبت از افراد بیمار و پس از عطسه و سرفه دستانتان را بشوئید.



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

جمعیت هلال احمر

۴ مراقب انتقال بیماری به دیگران باشید

اگر به سرفه یا تب مبتلا هستید از تماس نزدیک با دیگران خودداری کنید.



در خیابان و مکان های عمومی از بیرون انداختن آب دهان خودداری کنید.



اگر تب، سرفه یا مشکلات تنفسی دارید سریع نزد پزشک بروید و اگر اخیراً سابقه مسافرت داشته اید به او اطلاع دهید.



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

جمعیت هلال احمر

۵ هنگام مسافرت اصول بهداشتی را رعایت کنید

اگر تب یا سرفه دارید از سفر کردن خودداری کنید.



اگر تب، سرفه یا مشکلات تنفسی دارید هر چه سریع تر به پزشک مراجعه کنید.



اگر اخیراً سابقه مسافرت داشته اید به پزشک خود اطلاع دهید.



International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

جمعیت هلال احمر

۶ سلامتی و بهداشت مواد غذایی را رعایت کنید



حتی در مناطقی که آلودگی شیوع پیدا کرده است هم می توان درآورده های گوشتی را با خیال آسوده استفاده کرد به شرطی که گوشت به طور کامل پخته شود و مراقبت های لازم هنگام تهیه غذا را انجام دهید.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

جمعیت هلال احمر

۷ چه زمانی باید از ماسک استفاده کرد؟



۲. اگر تب یا سرفه می کنید از ماسک استفاده کنید.



۱. اگر سالم هستید فقط در صورتی که از بیمار مشکوک به ویروس کرونا مراقبت می کنید ماسک بزنید.



۴. قبل از رفتن ماسک باید طبق روش استفاده از آن و همچنین طرز دور انداختن آن زنجیره بشوید.



۳. هنگامی ماسک بزنید حتماً است که همزمان دستها به طور مرتب با مایع ضد عفونی قوی یا آب و صابون شسته شوند.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

جمعیت هلال احمر

[illegible]

نزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس کرونا و پیشگیری



گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و پیشگیری

آمادگی در برابر مخاطرات

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، از دست زدن به پیشانی، بینی و دهان، با دست‌های شسته نشده پرهیز کنید.



این مطلب به اطلاع شما می‌رساند که...

آمادگی در برابر مخاطرات

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در مکان‌های عمومی نظیر اتوبوس و خودرو از لمس وسایل و سطوح عمومی پرهیز کنید و سعی کنید تماس‌های کمتر صورت گیرد.



این مطلب به اطلاع شما می‌رساند که...

آمادگی در برابر مخاطرات

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، بطور مرتب دست‌های خود را با آب و صابون بشویید و یا با مایع الکلی ضدعفونی کنید.



این مطلب به اطلاع شما می‌رساند که...

آمادگی در برابر ویروس کرونا

کشاورزان هنگام کار با کوفه، خاک و یا ابزار کار و سایر سطوح که امکان آلودگی وجود دارد حتماً از دستکش استفاده نمایند.



این مطلب به اطلاع شما می‌رساند که...

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از شیوع ویروس کرونا، در صورت سلبه ابتلا فرد، سلبه به بیماران های زمینه‌ای مانند دیابت، بیماری های قلبی، عروقی، تنفسی و نفی ایمنی از خروج ایشان از منزل جلوگیری کنید و نکات مراقبتی برای دستگاه را فراهم کنید.



این مطلب به اطلاع شما می‌رساند که...

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، در هنگام استفاده از وسایل فلزیه عمومی نظیر اتوبوس و خودرو، اگر در کنار شما فردی عطسه یا سرفه می‌کند، سعی کنید از آنها فاصله بگیرید.



این مطلب به اطلاع شما می‌رساند که...

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام استفاده از وسایل فلزیه عمومی نظیر اتوبوس و خودرو، از دست زدن به فلز همراه خود خودداری کنید.



این مطلب به اطلاع شما می‌رساند که...

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و پیشگیری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از شیوع ویروس کرونا به فرزندان در منزل یادآوری کنید که از مادر بزرگ یا پدر بزرگ خود با فاصله یک متری از یکدیگر داشته باشند.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا در صورت امکان محل کارتان را کمی زودتر ترک کنید تا بتوانید در ساعاتی که شلوغی وسایل نظایه عمومی کمتر است از آنها استفاده کنید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا به هنگام عطسه یا سرفه بینی و دهان خود را با دستمال کفایتی بپوشانید. پس از استفاده از دستمال کاغذی آن را دور بیندازید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا از تردد غیر ضروری در محل های پرجمعیت خودداری کنید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

در منزل لوازم خانگی، سطوح عمومی خانه، دستگیره درب، بار شیر آلات به خصوص شیر آلات سرویس های بهداشتی را در طول روز ضدعفونی نمایید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از شیوع ویروس کرونا در خانه بهداشت و در کنار فرزندان بازی و سرگرمی طرح داشته باشید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از شیوع ویروس کرونا به فرزندان در منزل یادآوری کنید که از بغل کردن و بوسیدن مادر بزرگ و پدر بزرگ خود جداً خودداری کنند.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای حفظ سلامت خود و اعضای خانواده و پیشگیری از شیوع ویروس کرونا در خانه بهداشت و در یادگیری درسها به فرزندان کمک کنید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا و ویروس

کرونا و پیشگیری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، هنگام خرید، ماسک و دستکش داشته باشید، پس از خرید مراحل دستشویی و ضدعفونی موافقاً با این دستورالعمل را به دستکش بشوید، صورت اقدام دهید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، به یاد داشته باشید که انگشتان شما منبع مهم گواهی هستند، پس پس از هر ورودی منزل، جایی برای انگشت ها در نظر بگیرید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، لباس های بیرون از خانه را مرتباً در ماشین لباسشویی با دماهای بالاتر از ۶۰ درجه سانتیگراد بشوید. بعد از اتمام پس از خشک شدن آنها را آویز کنید. همچنین هر دو بار استفاده پاکت داخل ماشین لباسشویی را ضدعفونی نمایید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، بعد از ورود به منزل، وسایل همراه داشته گواهی موبایل، کیف، سونج ماشین، کارت بانکی و... را با یک ضدعفونی کننده مناسب یا صابون ۷۰ درصد الکل ضدعفونی کنید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، یک سطل در دراز تر حیاط یا دراز دار، قبل از ورودی منزل بگذارید و قبل از ورود به منزل ماسک و دستکش خود را در آن بیندازید.



جمعیت هلال احمر ایران - معاونت آموزش، پژوهش و فناوری



چند کار برای استفاده صحیح از ماسک

1. قبل از استفاده، دست‌ها را با آب و صابون به مدت 20 ثانیه بشوید.
2. ماسک را روی بینی و دهان خود قرار دهید.
3. ماسک را با بند یا حلقه‌های گوشه باندازید.
4. ماسک را لمس نکنید.
5. اگر ماسک خیس شود، آن را تعویض کنید.
6. ماسک را در سطل زباله بیندازید.
7. بعد از استفاده، دست‌ها را دوباره بشوید.
8. ماسک را دوباره استفاده نکنید.
9. ماسک را به درستی نگهداری کنید.
10. هنگام استفاده از ماسک، صورت خود را لمس نکنید.

کرونا و پیشگیری

دست‌های خود را بشویید.

در صورتی که دست‌هایان به وضوح آلوده است آنها را با آب تمیز و صابون کاملاً بشویید.



اگر دست‌هایان ظاهر آلوده ندارند، به‌طور مرتب آنها را با ژل ضدعفونی کننده و در غیر این‌صورت با آب و صابون بشویید.



ایمنی مواد غذایی

حتی در مناطق آلوده به ویروس، استفاده از محصولات گوشتی در صورتیکه به روش بهداشتی تهیه و به‌طور کامل پخته باشند، ضرری ندارند.



ایمنی مواد غذایی

حیوانات مریض یا حیواناتی که در نتیجه بیماری تلف شده‌اند را نخورید.



مراقبت‌های بهداشتی هنگام خرید در بازار

قبل و بعد از تماس با محصولات حیوانی دستهای خود را با آب و صابون بشویید.



به بینی، دهان و چشم‌هایان دست نزنید.



به حیوانات بیمار و گوشت فاسد دست نزنید.



به حیوانات ولگرد و زنده‌ها دست نزنید.



مراقب باشید دیگران را آلوده نکنید.

هنگام عطسه و سرفه جلوی بینی و دهان خود را با دست خود و یا دستمال کاغذی بپوشانید.



پس از اینکار حتماً دست‌هایان را کاملاً با آب و صابون بشویید.



بعد از عطسه یا سرفه و یا نگهداری از بیمار، دستهای خود را با آب و صابون یا ژل ضدعفونی کننده بشویید.



ایمنی مواد غذایی

برای گوشت خام از تخته گوشت و چاقوی جداگانه استفاده کنید.



پس از تماس با گوشت خام و یا سایر مواد غذایی دستهای خود را به‌طور کامل بشویید.



مراقبت‌های بهداشتی در صورت کار در بازار



پس از هر بار تماس با محصولات حیوانی دستهای خود را با آب و صابون بشویید.



روزی حداقل یکبار محل کار خود را با مواد ضدعفونی کننده بشویید.



خود و دیگران را در برابر بیمار شدن محافظت کنید.

در موارد زیر حتماً دستهای خود را بشویید:

- بعد از سرفه و عطسه
- هنگام مراقبت از بیمار
- قبل، در حین و بعد از آشپزی
- پیش از خوردن و آشامیدن
- بعد از استفاده از سرویس بهداشتی
- وقتی ظاهر دست‌هایان کثیف است
- بعد از دست زدن به حیوانات یا فضولات آنها



کرونا و تغذیه

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روزه داران توجه داشته باشید که پنج گروه اصلی غذایی لبنیات، غلات، میوه ها، سبزیجات و پروتئین ها را در وعده های غذایی افطار و سحر مصرف کنید.



این مطلب جهت آشنایی شما با موضوع تهیه شده است و نباید به عنوان توصیه پزشکی در نظر گرفته شود.

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روزه داران توجه داشته باشید که از خوردن گوشت و مرغ کامل بپاشند. تخم مرغ نیم پز، سوخا و سبزیجات خام پخته شده پرهیزند.



این مطلب جهت آشنایی شما با موضوع تهیه شده است و نباید به عنوان توصیه پزشکی در نظر گرفته شود.

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روزه داران توجه داشته باشید که بعد از خوردن سحری تا جای ممکن نپایانید. چون وضعیت دراز کش آسیب به گشت مواد غذایی به مزه و ترش کردن می شود.



این مطلب جهت آشنایی شما با موضوع تهیه شده است و نباید به عنوان توصیه پزشکی در نظر گرفته شود.

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روزه داران توجه داشته باشید که هر روز بعد از افطار یک تا دو ساعت بعد از سحری کربد ۲-۳ عدد میوه مصرف کنید.



این مطلب جهت آشنایی شما با موضوع تهیه شده است و نباید به عنوان توصیه پزشکی در نظر گرفته شود.

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روزه داران سعی کنید به جای غذاهای چرب و سرخ شده از غذاهای آب پز و بخار پز استفاده کنید.



این مطلب جهت آشنایی شما با موضوع تهیه شده است و نباید به عنوان توصیه پزشکی در نظر گرفته شود.

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

سیگار کشیدن عامل خطر برای ملامتی محسوب می شود و اثرات منفی بر استفاده از انواع ویتامین ها ، منولیت ها و سیستم های ازیم می در بدن دارد. لذا از کشیدن سیگار اجتناب کنید.



این مطلب جهت آشنایی شما با موضوع تهیه شده است و نباید به عنوان توصیه پزشکی در نظر گرفته شود.

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روزه داران توجه داشته باشید دندان ها را حداقل قبل از خواب و بعد از سحر مسواک بزنید.



این مطلب جهت آشنایی شما با موضوع تهیه شده است و نباید به عنوان توصیه پزشکی در نظر گرفته شود.

کرونا و تغذیه

اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روژه داران توجه داشته باشید دشنام ها را حداقل قبل از خواب و بعد از صبح مسواک بزنید.



آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، حتی الممکن غذای پخته شده بخورید و از آشپزخانه غذای بیرون رو استفاده نکنید.



آمادگی در برابر مخاطرات

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، با خوردن غذاهای حاوی که ویتامین C موجود در آنها بیشتر است، بدن خود را تقویت کنید.



آمادگی در برابر ویروس کرونا

دارای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا، پس از خرید محصولات دارای بسته بندی مانند ماست، شیر، آبمیوه، کشمشها و ... را قبل از مصرف، ابتدا با مایع بشوید و سپس خشک کنید و بعد از پختن با دهید.



اصول بهداشتی تغذیه در خانه مبارک رمضان

روژه داران توجه داشته باشید که شروع افطار با مایعات گرمی مانند آبجو، چای، شیر به همراه چند عدد خرما و همچنین سوپ و سبزیجات مناسب است.



چگونه آبی و خشکبار را از ویروس کرونا پاک کنیم؟

برای تهیه آبمیوه در خانه، ابتدا میوه را با آب و نمک بشوید و سپس آب آن را بگیرید. برای تهیه آبمیوه در فروشگاه، ابتدا میوه را با آب و نمک بشوید و سپس آب آن را بگیرید.

مشاوره های که امکان شستن دارند، دستورالعمل های زیر را

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

در دستگاه های مختلف، با استفاده از آب و نمک، میوه ها را بشوید.

کرونا و تغذیه



گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

کرونا و چهارشنبه سوری



گروہ و سالمندان



کرونا و ماه رمضان



کرونا و ماه رمضان

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا در ماه مبارک رمضان، نمازگزاران برای برپایی نماز جماعت در مساجد، جمعاً رعایت فاصله گذاری اجتماعی را فراموش نکنند.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.zooneducation.ir

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا در ماه مبارک رمضان، خادمین مساجد، در ورودی و داخل مساجد، مایع ضدعفونی کننده دست، دستمال کاغذی و سطل آشغال در دار پدالی قرار دهید.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.zooneducation.ir

اصول بهداشتی تغذیه در ماه مبارک رمضان

روزه داران توجه داشته باشید که پنج گروه اصلی غذایی لبنیات، غلات، میوه ها، سبزیجات و پروتئین ها را در وعده های غذایی افطار و سحر مصرف کنید.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.zooneducation.ir

اصول بهداشتی تغذیه در ماه مبارک رمضان

روزه داران توجه داشته باشید که بعد از خوردن سحری تا جای ممکن نخوابید، چون وضعیت دراز کش سبب برگشت مواد غذایی به مری و تری کردن می شود.



این اطلاعات جایگزین دوره های آموزشی نمی باشد.
www.zooneducation.ir

کرونا و ماه رمضان

آمادگی در برابر ویروس کرونا

برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا در ماه مبارک رمضان، خادمین مساجد با استفاده از مواد شوینده و ضدعفونی کننده، تمامی مکانهای تجمع افراد، سرویس های بهداشتی وسایر سطوح مشترک را قبل و بعد از هر نماز و خروج نمازگزاران ضدعفونی کنند.



این فعالیت جایزه برنده ای آموزشی می باشد.
www.zvcoadobe.ir

اصول بهداشتی تغذیه در ماه مبارک رمضان

در صورت کهنسالی و یا داشتن بیماری زمینه ای و مستعد ابتلا به بیماری کرونا، برای گرفتن روزه یا دکتر مشورت کنید.



این فعالیت جایزه برنده ای آموزشی می باشد.
www.zvcoadobe.ir

روژه در شرایط کرونایی

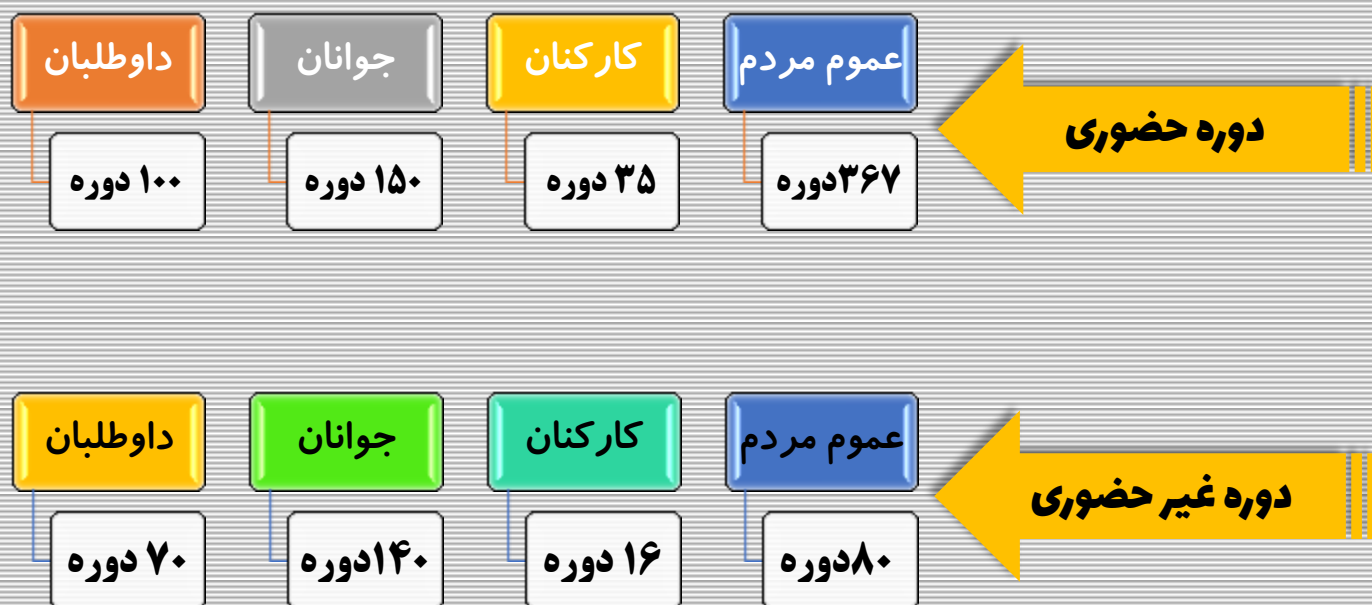
رعایت فاصله اجتماعی	شست و شوی مکرر دست ها	نوشیدن ۸ تا ۱۰ لیوان آب بین فواصل افطار تا سحر
جوشاندن آب در ظروف در باز به منظور جلوگیری از انتقال ویروس	افزایش مصرف سبزیجات و میوهجات بین فواصل افطار تا سحر	پرهیز از محیط های گرم و خشک
کاهش مصرف چای و قهوه و مواد شیرین	پرهیز از نزدیک شدن به بیماران کرونایی	پرهیز از استفاده از وسایل نقلیه عمومی

راهنمای آمادگی در برابر کرونا



عملکرد استان ها

استان آذربایجان شرقی



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۰۹/۳۰

استان آذربایجان شرقی



استان آذربایجان شرقی

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

توزیع ماسک، غربالگری، رعایت پروتکل های بهداشتی در حضور کارکنان، ارباب رجوع و فراگیران، نصب بنر، اطلاع رسانی به اعضای داوطلب و خانه های هلال، طرح ناظران سلامت، طرح سردار شهید سلیمانی، تب سنجی و ارائه آموزش و ...

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

فعالیت در بسترها و کانال های مجازی و اطلاع رسانی به عموم آحاد جامعه، ارائه آموزش های مجازی، تهیه کلیپ های آموزشی و آگاهی بخش و تکثیر در کانال های مجازی و ...

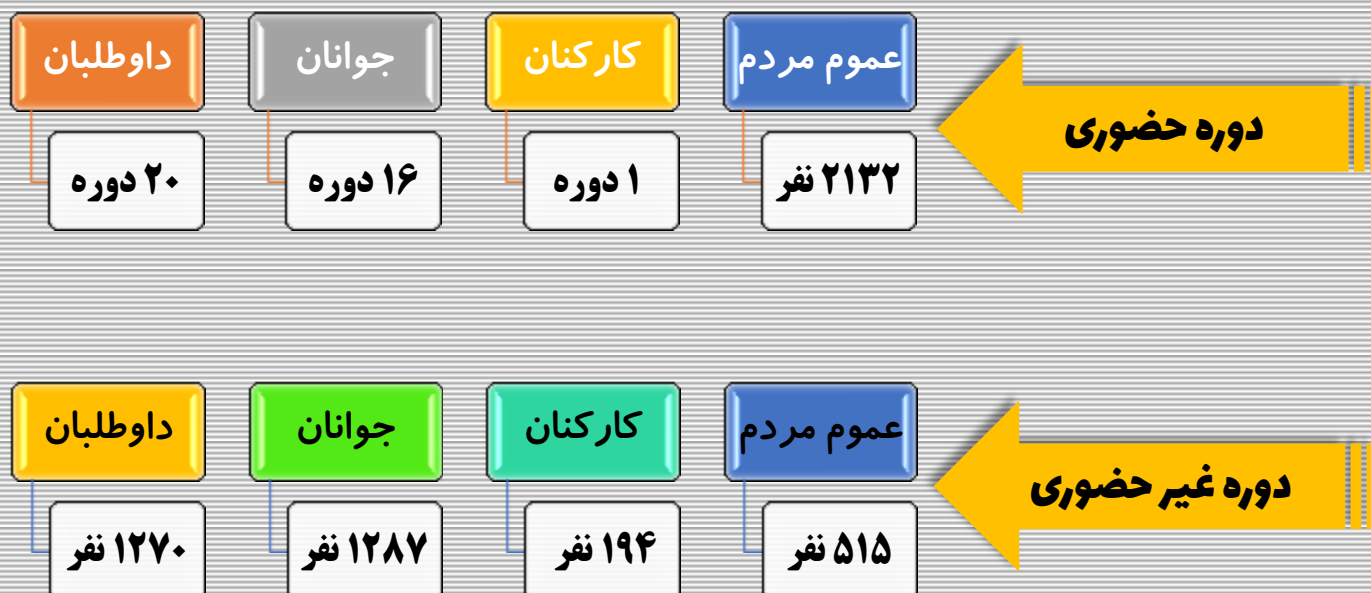
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

-انتشار پوستر و تهیه موشن گراف و استفاده از هنرمندان سرشناس و تبلیغ در مورد پیشگیری از بیماری، استفاده از رسانه های جمعی، شنیداری و دیداری و ...

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پر مخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

-استفاده از رسانه های محلی و عمومی استان، تهیه برنامه ها و گزارش های خبری، نشست های علمی و استفاده از توانمندی های انتشارات و روزنامه های استانی و ...

استان آذربایجان غربی



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۲/۲۵ تا ۱۳۹۹/۱۰/۳۰

استان آذربایجان غربی



توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

غبارگری مسافران نوروزی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

اطلاع رسانی در کانال های اختصاصی

استان آذربایجان غربی

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

غربالگری مسافرین نوروزی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

اطلاع رسانی در کانال های اختصاصی

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

برگزاری وینار علمی آنلاین با سخنرانی پزشک متخصص بیماری های عفونی

برگزاری دوره های آنلاین آشنایی با راه های مقابله با کرونا برای اعضا و داوطلبان

تولید محتوای آموزشی و توزیع گسترده در فضای مجازی

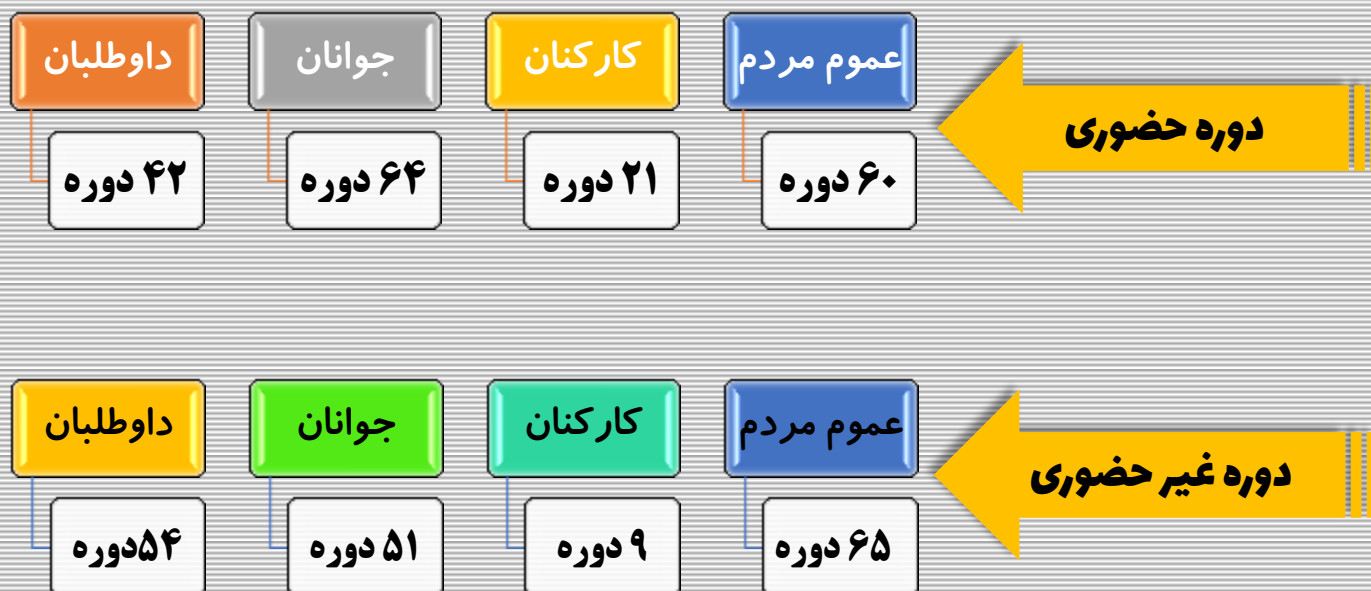
تولید و توزیع پوستر های آموزشی ویژه تاکسی رانان و ناوایی هاو آرایشگر ها از طریق اتحادیه اصناف و تاکسیرانی

تهیه پمفلت آموزشی استفاده از تب سنج ها دیجیتال

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

–رسانه های محلی و منطقه ایی

استان اردبیل



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۲/۲۰ تا ۱۳۹۹/۱۰/۳۰

استان اردبیل



استان اردبیل

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

رژه خودرویی، مانور هفته ای محلات، نظارت بر اصناف- اجرای طرح آمران سلامت و ناظران ارشادی - همکاری با ناحیه مقاومت بسیج در راستای اجرای طرح شهید سردار سلیمانی- بازدید از اماکن پر تردد- تشکیل دوزنجیره انسانی آگاه سازی قطع زنجیره انتقال کرونا- ضد عفونی- توزیع ماسک - تذکرات لسانی و حضوری با خودرو آمبولانس و نیروهای داوطلب- غربالگری - طرح سردار شهید حاج قاسم سلیمانی- آگاه سازی مردم در خصوص استفاده صحیح از ماسک- حضور اعضا در اماکن عمومی، درب منازل و توصیه برای رعایت پروتکل های بهداشتی و توزیع ماسک و مواد ضد عفونی کننده-

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

پخش تله فیلم های آموزشی- تولید محتوا و انتقال آن از طریق فضای مجازی- تبلیغات در اینستاگرام، تلگرام و واتساپ جمعیت شهرستان- بارگذاری نکته های آموزش در کانال های فضای مجازی فعال- آموزش رعایت پروتکل های بهداشتی و استفاده از وسایل ایمنی و بهداشتی جهت مقابله با ویروس کرونا به صورت مجازی در کانال های شبکه اجتماعی- ماسک بزنیم تا زنجیره کرونا قطع شود- تبلیغات در کلیه کانال های جمعیت در خصوص رعایت پروتکل های بهداشتی- برگزاری دوره به صورت مجازی و ارسال پیام های آموزشی

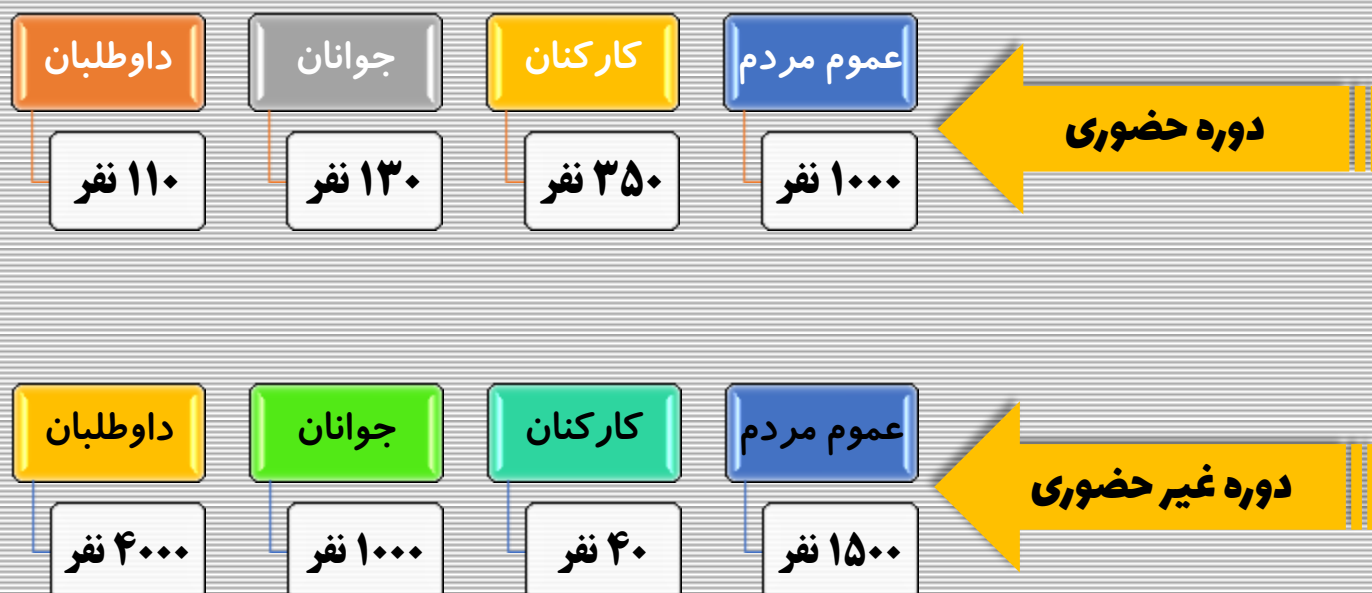
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

رژه خودرویی، تشکیل زنجیره انسانی قطع کرونا- تشکیل جلسه هماهنگی با اصحاب رسانه و مدیران کانال های خبری شهرستان در راستای انتقال محتوای آموزشی از طریق فضای مجازی- شابلون نویسی کاپوت ماشین های گذری با پیام های پیشگیرانه - نصب اعلامیه های آموزشی بر روی شیشه مغازه ها و اتومبیل ها و دیوار و درب منازل - آموزش نحوه شستشوی دست ها و استفاده صحیح از ماسک در میدان شهر- کمک به خط کشی خیابان جهت فاصله گذاری اجتماعی عزاداران و دسته ها عزاداری- همکاری و استفاده از ظرفیت های سپاه شهرستان و شبکه بهداشت جهت اطلاع رسانی به عموم مردم و شرکت های خصوص و اداره جات دولتی، در خانه بمانیم- تهیه ربات آموزشی- برگزاری دوره در شهرستان به صورت مجازی و در روستای های محروم به صورت به حضوری

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پر مخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

در ۲۵ رسانه - شامل: عصر مغان- سلامت نیوز- آران مغان ارس تبار _ یاشیل مغان - کانال اطلاع رسانی کرونا - چشمه لر - اخبار سرعین - سولار - اخبار شهرستان نیر - جنبش شهرستان نیر - آوای شهرستان نیر - تاریخ و ادبیات شهرستان نیر - نیر نیوز - پرتوی از انقلاب اسلامی در استان اردبیل - گروه جبهه مردمی نیروهای انقلاب اسلامی - هنر و ادب اولدوز لاری - مجمع نیری های مقيم مرکز - جوانان و داوطلبان جمعیت هلال احمر نیر - بانوان نیر (پیشگیری از کرونا)

استان اصفهان



بازه زمانی: بهمن ۹۸ تا کنون، ۲۶۴ روز

استان اصفهان



استان اصفهان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

رعایت فاصله گذاری فیزیکی، ضرورت استفاده از ماسک، دستکش و مایع ضد عفونی کننده در کلاسهای حضوری

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

اطلاع رسانی رسانه ای صداوسیما در طرح ناظران سلامت ۷ مورد، آمران سلامت ۱۲ مورد، حافظان سلامت ۴ مورد، حضور مدیرعامل جمعیت استان در گفتگوی هفته با موضوع گزارش اقدامات انجام شده در پیشگیری از کرونا، حضور در برنامه اصفهان زیبا با موضوع گزارش اقدامات آمران سلامت، حضور در برنامه صبحونه صداوسیما با موضوع اقدامات هلال احمر در پیشگیری از کرونا، ۸۷ مورد اخبار خبرگزاری ها و مطبوعات با موضوع آموزش پیشگیری از کرونا و اقدامات هلال احمر، ۱۷ مورد تولید محتوا در فضای اینستاگرام، تهیه ۵ مورد بولتن آموزشی و ۵ مورد پوستر.

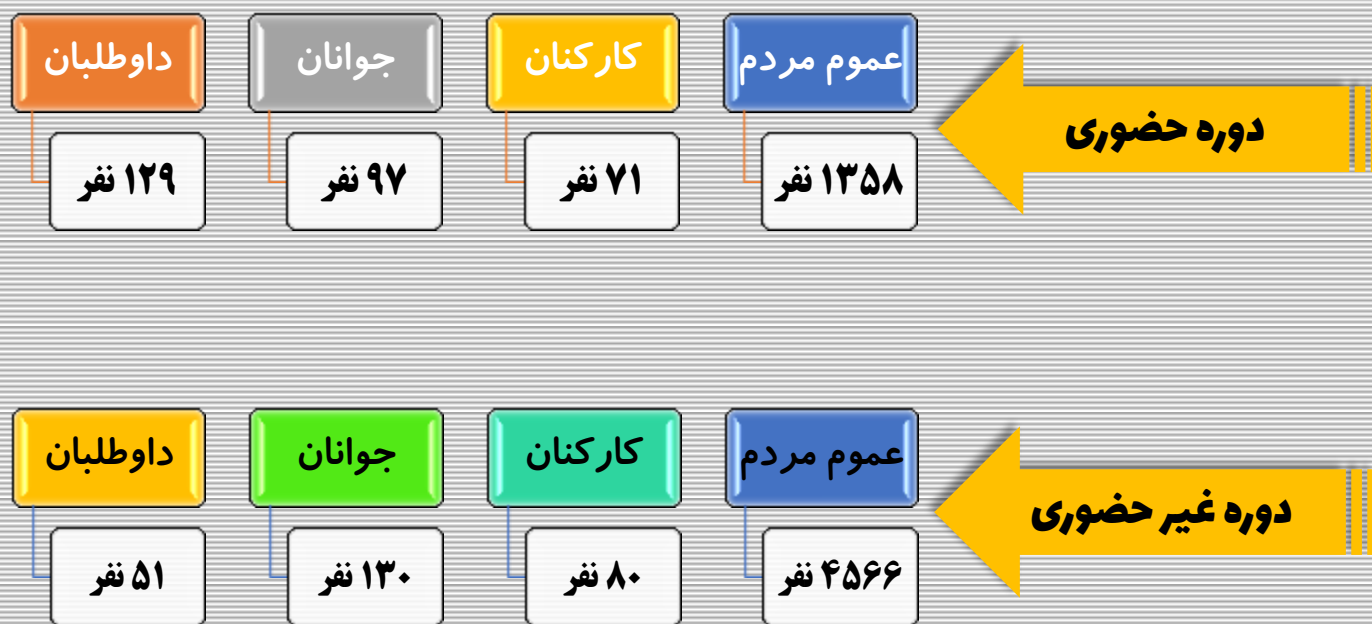
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

ساخت فیلم از موارد پیشگیری از کرونا به زبانهای مختلف، ساخت پادکست در خصوص پیشگیری از ویروس کرونا، راه اندازی کارگاه تولید ماسک تنفسی، برگزاری وبینار آموزشی نحوه پیشگیری از بیماری کرونا ویژه ارامنه اصفهان به مناسبت تولد حضرت عیسی. برگزاری وبینار آموزشی ویژه مددجویان زندان های استان تحت عنوان رعایت پروتکل های بهداشتی در بیماری کرونا با محوریت پیشگیری و چگونگی رفع استرس های موجود با همکاری اساتید اداره بهزیستی استان.

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پر مخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

بیش از ۵۰ رسانه صداوسیما، خبرگزاری و مطبوعات استانی و کشوری

استان البرز



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۲/۰۱ تا ۱۳۹۹/۰۹/۳۰

استان البرز



استان البرز

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

اشتراک گذاری در کانال های رسمی شعبه - انجام ایستگاه های سلامت و تب سنجی در مساجد / مدارس و سطح شهر - حضور رابط سلامت در جلسات مرکز بهداشت // تولید ماسک، دستکش، گان توسط داوطلبان شعبه / توزیع بروشور بین عموم مردم و رانندگان تاکسی / استفاده از بروشورهای ارسالی مرکز بهداشت و مقابله با کرونا / اجرای طرح آمران سلامت، ضد عفونی معابر، بازدید از اصناف / طرح ناظران سلامت / ضد عفونی معابر روستایی.

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

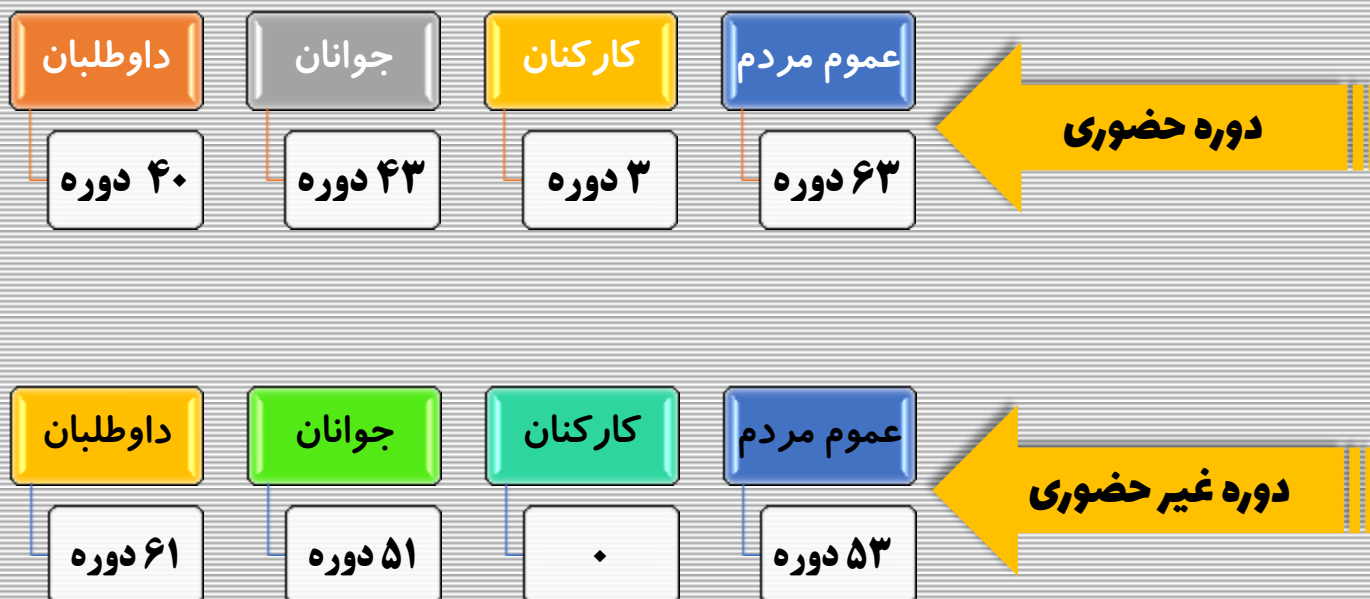
ارسال واتس آپ و مصاحبه های تلویزیونی، تهیه بروشور، موشن گرافی و اینفوگرافی های آموزشی / کمپین در راستای مبارزه با ویروس کرونا / برگزاری وبینار / برنامه هتی آموزش استفاده از ماسک / ضد عفونی نمودن تجهیزات / تقویت سیستم ایمنی بدن با استفاده از تغذیه مناسب / بارگذاری محتوای آموزشی در گروه ها / تهیه کلیپ / تهیه و توزیع پوستر

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

پاسخ به سوالات رایج در بیماری کرونا در حوزه جوانان / آشنایی با ساختار و عملکرد روش های آزمایشگاهی ویروس / دوره های آموزشی مجازی بین اعضا و جوانان / تهیه کلیپ از شعر خوانی غنچه های هلال در راستای ویروس کرونا / برگزار وبینار آموزشی / توزیع ماسک و دستکش.

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)
تلویزیون - اینستاگرام - واتساپ

استان ایلام



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۲/۰۴ تا ۱۳۹۹/۱۰/۳۰

استان ایلام



استان ایلام

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

فاصله گذاری اجتماعی، ضد عفونی کردن معابر، آمادگی سازی و حساس سازی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

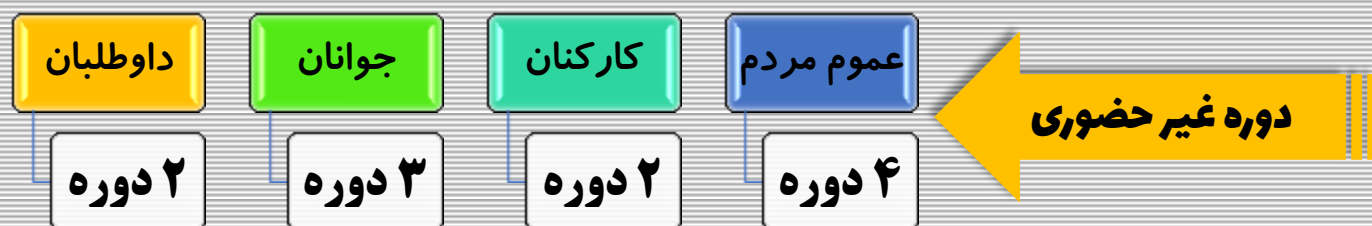
تهیه و نشر بروشور، اینفوگراف، بنر و فعالیت در رسانه های پرمخاطب استان

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

۱۴ رسانه - ایلامیان، هزار پیشه مانشت ایلام، آلامتو، کردانه، ایلام بیدار، تابناک ایلام، سپهر غرب، پی جور، بازتاب ایلام، کرد پرس، آفتاب ایلام، شبستان

استان بوشهر



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۲/۰۱ تا ۱۳۹۹/۰۹/۳۰

استان بوشهر



استان بوشهر

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

آموزش مربیان و رسیدگی به مناطق روستایی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

ارسال واتس آپ و مصاحبه های تلویزیونی

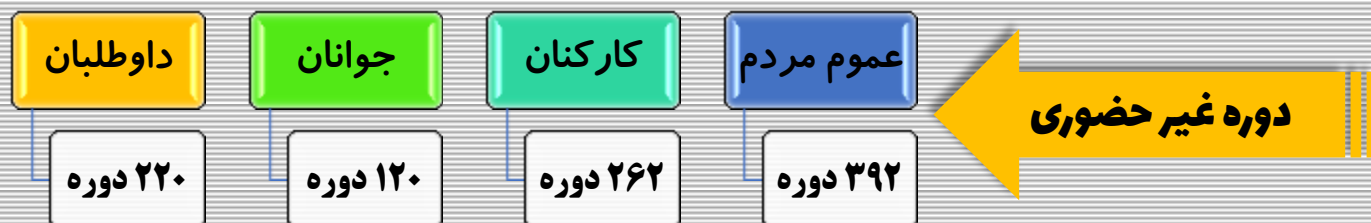
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

آموزش طرز تهیه ماسک با کمک وسایل موجود

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

تلویزیون - اینستاگرام - واتساپ

استان تهران



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۱۲/۲۵

استان تهران



استان تهران

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

آموزش در دوران عزاداری و ماه محرم همچنین ماه رمضان

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

۵۱۷ مورد آموزش یاز جمله کلیپ موشن گرافی، پوستر و اینفوگرافی در اینستاگرام شعب استان، انجام مصاحبه در صدا و سیما شبکه ۵، شبکه خبر، روزنامه شهروند، سایت آپارات، خبرگزاری تسنیم

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

آموزش تب سنجی به امدادگران حاضر در ورودی های شهر-تهیه کلیپ های آموزشی کرونا توسط خردسالان در شعب با زبان کودکان همچنین ویژه مدارس در زمان بازگشایی، آموزش های مجازی در مدرسه تابستانی با همکاری شهرداری، برگزاری وبینار های آموزشی ویژه مربیان و مسئولین آموزش شعب

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

اینستاگرام کلیه شعب استان و کلیه گروه های واتساپ مربیان، امدادگرا و نجاتگران شعب- تهیه و توزیع کلیپ های آموزشی و انتشار پوستر ها در ایستگاه های داخل مترو سطح شهر تهران

استان چهارمحال و بختیاری



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۰۱۲/۰۱

استان چهارمحال و بختیاری



استان چهارمحال و بختیاری

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

آموزش در ۳۰ مدرسه و توزیع ست بهداشتی بین دانش آموزان مستضعف و استثنایی - طرح خانه به خانه در روستاهای محروم و آموزش رعایت اصول بهداشتی و توزیع اقلام بهداشتی - اجرای طرح نذر سلامت ویژه ایام محرم - اجرای طرح آمران سلامت - اجرای طرح ناظران سلامت - ضد عفونی کردن محیط کلاسها - رعایت فاصله اجتماعی - استفاده از دستکش و ماسک و مواد ضد عفونی کننده

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

ارسال محتوای آموزشی برای رئیس پلیس فتا و انتشار در همه گروه های استانی

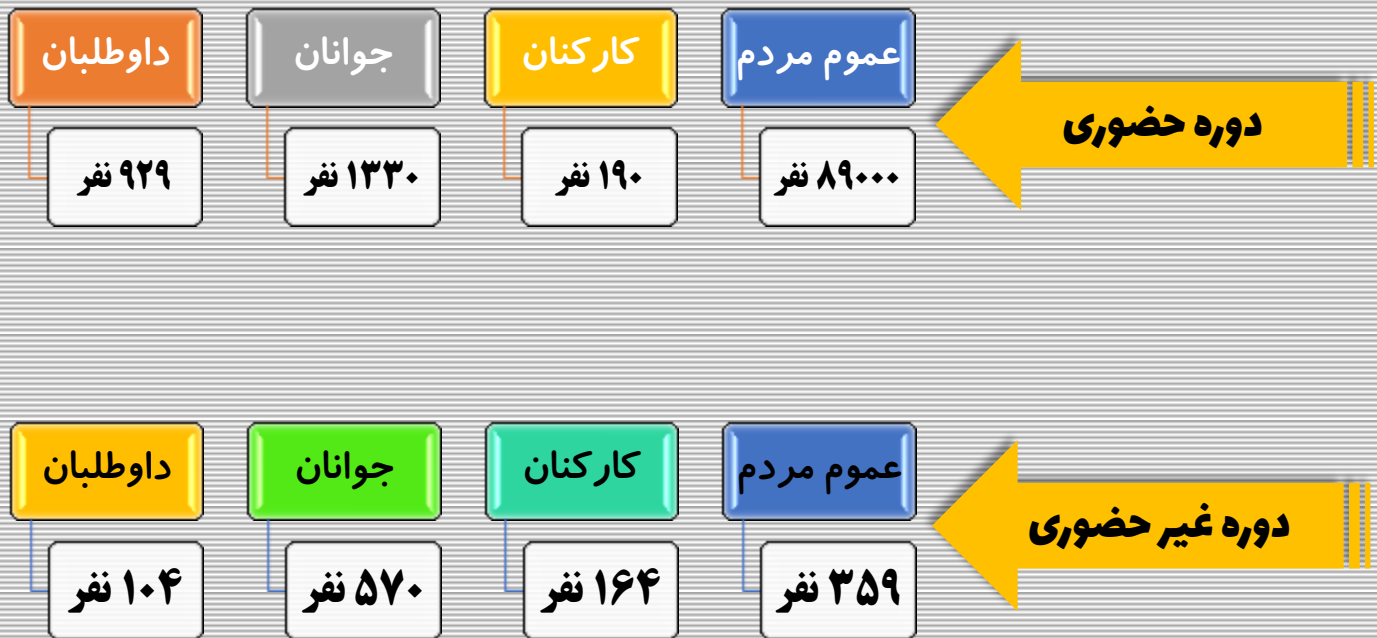
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

برپایی ایستگاه های سلامت در میدان ها شهر و توزیع رایگان ماسک - کمک در جهت تهیه و تولید ماسک های بهداشتی پارچه ای - برگزاری دوره های آموزشی تاب آوری برای خانواده های متأثر از کرونا -

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

اینستاگرام - واتساپ

استان خراسان جنوبی



بازه زمانی: اسفند ۹۸ تا ۳۰/۱۰/۹۹

استان خراسان جنوبی



استان خراسان جنوبی

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

ارسال دستورالعمل های بهداشتی به شعب و ملزم نمودن به رعایت کلیه موارد بهداشتی در برگزاری دوره ها

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

ایجاد کانال و گروه در فضاهای مجازی و انتشار محتواهای آموزشی مرتبط با کرونا به صورت روزانه
- ارسال پیام های آموزشی مرتبط با کرونا حداقل ۳ الی ۴ پیام به صورت روزانه

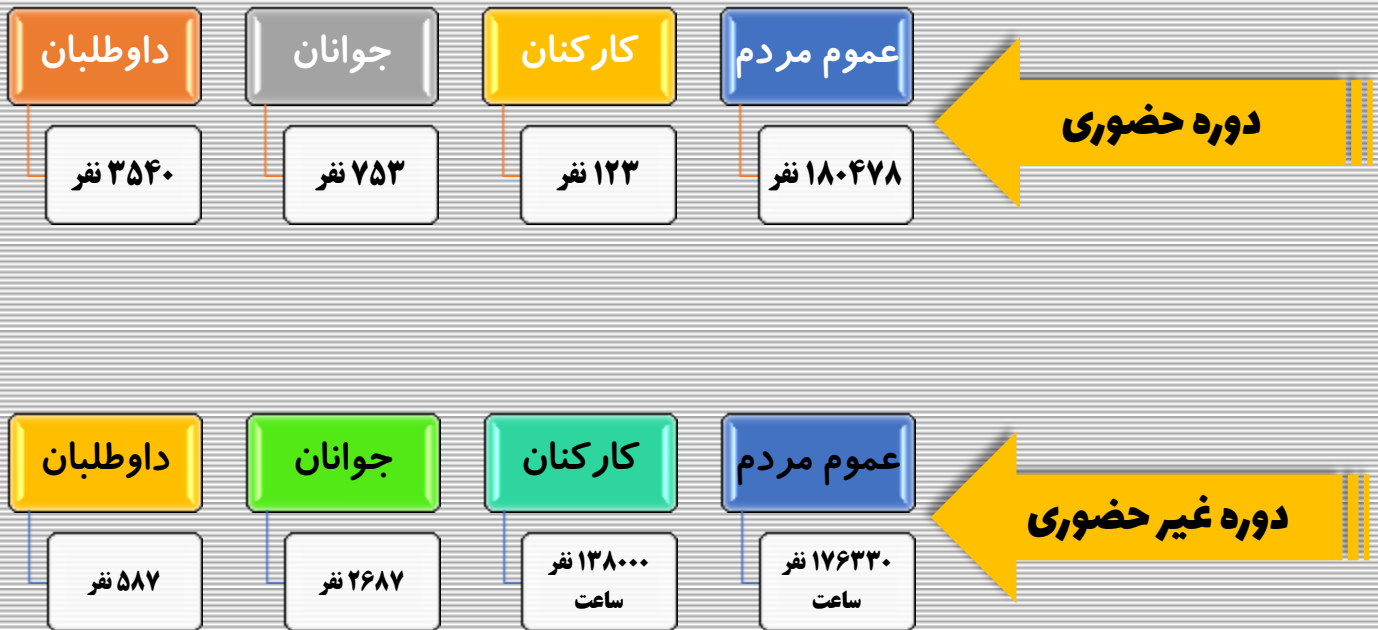
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

برگزاری مسابقه پیامکی با موضوع کرونا ویروس و شرکت ۳۰۰۰ نفر در مسابقه فوق همراه با اهداء جوایز

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

روزنامه های استان - صداوسیما استان
تعداد ۵ رسانه

استان خراسان رضوی



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۱/۱۴ تا کنون

استان خراسان رضوی



توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

بر اساس آیین نامه و با نظارت روسای شعب

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

ایستگاه های راه آهن- مترو- پایانه مسافربری- تاکسی های بین شهری- جایگاه های سوخت- نانوائی ها- قنادی ها- بانک ها و... آموزش کارکنان پایانه های مسافربری - مهمانداران هواپیما- قطار- اتوبوس رانی

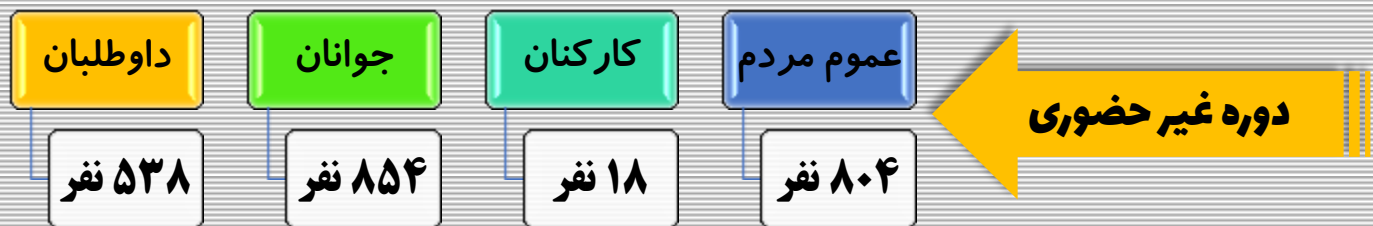
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

ضد عفونی و گندزدایی ۹۳۹ کیلومتر از معابر عمومی- ضد عفونی ۱۵۱۵۳ وسیله نقلیه عمومی- ضد عفونی ۴۱۱ مکان عمومی- راه اندازی ۲۳ کارگاه تولید ماسک در استان- تولید و توزیع ۵۰۸۱۹۰ عدد ماسک سه لایه- تهیه کپسول اکسیژن ۱۰ لیتری، مانومتر، دستگاه پالس اکسیمتر و ماسک اکسیژن (هر کدام ۴۰ عدد)- تهیه ۸۲ عدد کپسول اکسیژن ۵۰ لیتری- آب رسانی: خریداری ۲۱ مخزن آب ۳ و ۱۰ هزار لیتری، هزینه کنتور و انشعاب توسط خیرین ۴۷ خانوار، هزینه آب رسانی سیار به روستای کلاته بلوچ هر دو هفته یک بار ۱۲ تانکر تا ۶ ماه جمعاً به مبلغ ۲,۲۵۰,۵۴۸,۰۰۰ ریال- عمرانی: احداث ۱۰ سرویس بهداشتی در روستای سولابست، اهداء ۱۲ تن کاشی و سرامیک، تهیه ۲۰ عدد سنگ توالت، جمعاً به مبلغ ۱,۸۳۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال- زیستی: کلمن آب ۴۰۰ عدد، سیلندر گاز سه کاره بزرگ ۲۰۰ عدد، ست ظروف ۱۴۰ سرویس، ۵۰ دستگاه- بخاری گازی، ۲۵ دستگاه آبگرمکن، ۲۵ تخته پتو و ۲۵۰ تخته بالش برای هر خانواده جمعاً به مبلغ ۳,۵۷۵,۰۰۰,۰۰۰ ریال- پوشاک: البسه متفرقه ۴۰۰۰ ثوب، کفش ۱۵۰۰ جفت، البسه زمستانی برای اهالی سولابست جمعاً به مبلغ ۴,۲۵۰,۰۰۰,۰۰۰ ریال، اجرای رزمایش اهدای بسته های معیشتی و بهداشتی به خانواده های متاثر از کرونا با مشارکت ستاد اجرایی حضرت امام، اجرای طرح پیشنهادی برنامه کمک های کوچک برای طرح همکاری با ECHO- UNDP) اطلاع رسانی در راستای تاب آوری جوامع روستایی منطقه برای مقابله با شیوع ویروس کرونا با استفاده از ظرفیت شبکه خانه های هلال شهرستان نیشابور وزبرخان)

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پر مخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

صداوسیما- رادیو خراسان- صبح بخیر خراسان- مشهد خبر فوری

استان خراسان شمالی



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۱۱/۳۰

استان خراسان شمالی



استان خراسان شمالی

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

بازدید و سرکشی از محلات و مکان ها. مشخص کردن مکان های شلوغ و آموزش رعایت فاصله گذاری، اجرای طرح ناظران سلامت - اجرای طرح امران سلامت - کمک در اجرای طرح شهید سلیمانی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

گروه های فضای مجازی. برنامه رادیویی. اجرای برنامه لایو شب های کرونایی، پخش عکس و کلیپ ها در اینستاگرام و تلگرام و ... پیام های آموزشی مقابله با ویروس کرونا - استفاده از تصاویر - گزارش اخبار کرونا - کلیپ های آموزشی چگونگی استفاده از ماسک و راه های پیشگیری از کرونا

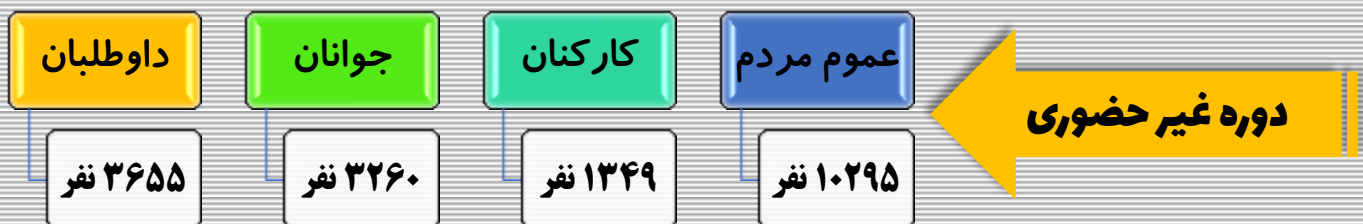
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

ارائه مطالب به زبان محلی و بومی. آموزش عملی، خط کشی فاصله گذاری اجتماعی در نانوایی ها، توزیع ماسک دو چرخه سوار

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

۷ مورد

استان خوزستان



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۲/۰۱ تا ادامه دارد



استان خوزستان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

تدوین و نگارش دستورالعمل پروتکل های بهداشتی در دوره های آموزشی و انتخابات جمعیت هلال احمر

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

ارتباط با بلاگرها و اینفلوئنسرهای تأثیرگذار در استان در راستای ترویج

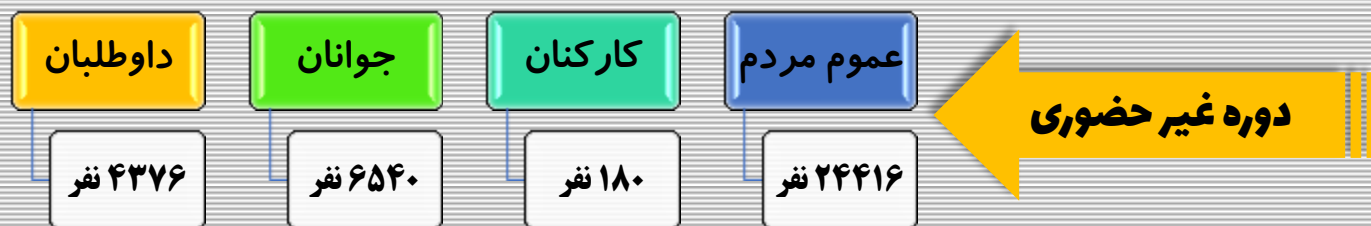
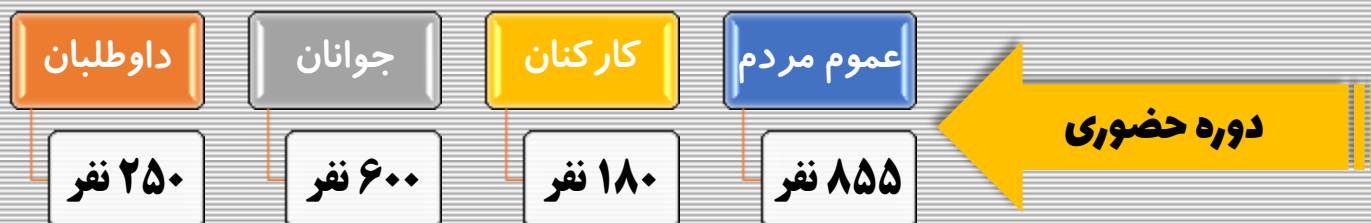
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

استفاده از ظرفیت مربیان جمعیت هلال احمر و مدرسان دانشگاه جامع علمی کاربردی استان

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

۲۶۴۷۰۰۰ بازدید - رسانه های فراگیر هلال احمر در سطح کشور، شبکه های اجتماعی و خبرگزاری ها، صدا و سیما

استان زنجان



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۱۲/۰۱ تا ۱۳۹۹/۱۰/۳۰

استان زنجان



استان زنجان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

اجرای مصوبات ستاد پیشگیری از کرونای استان

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

در قالب گزارش ویژه خبر در رسانه ها و فضای مجازی

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

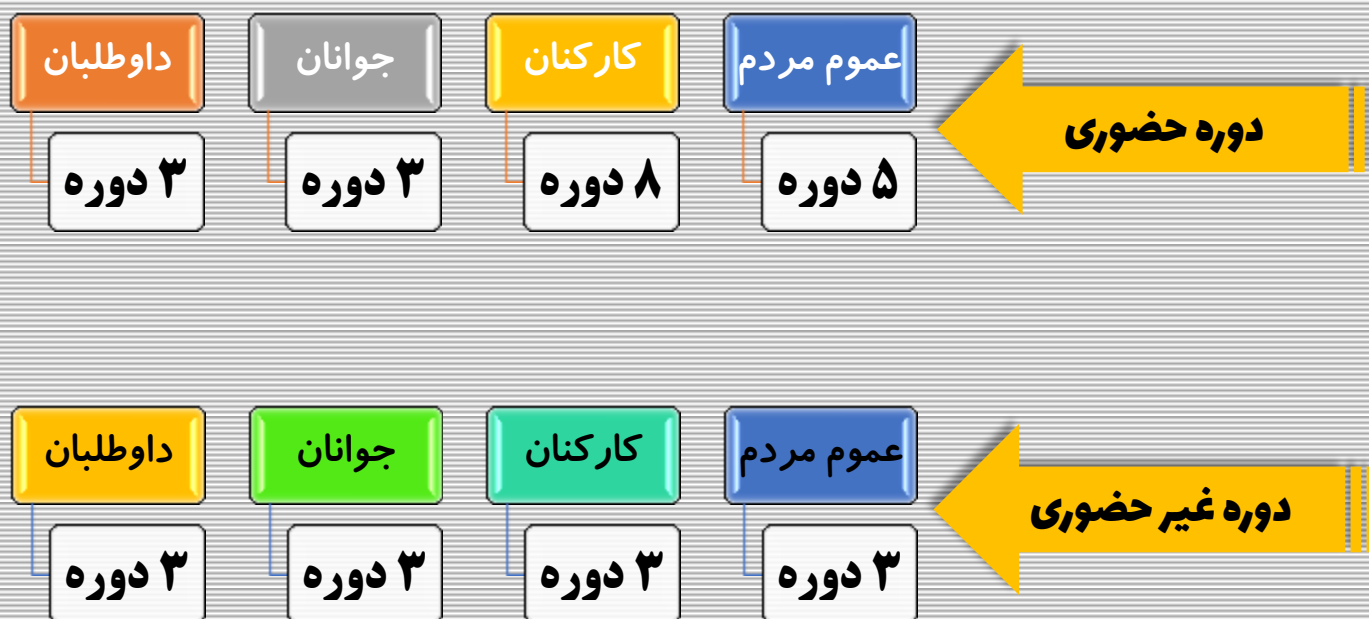
آموزش و توزیع خانه به خانه اقلام بهداشتی

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

خبرگزاری های ایرنا، ایستا، مهر، تسنیم، موج رسا، شبستان، باشگاه خبرنگاران

و...

استان سمنان



بازه زمانی: اسفند ۹۸ تا بهمن ۹۹

استان سمنان



استان سمنان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

برگزاری دوره های آموزشی در بستر adobe connect در حد امکان

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

بازنشر تمامی محتواهای آموزشی مرتبط با کرونا در کانال های استان و سایت جمعیت استان

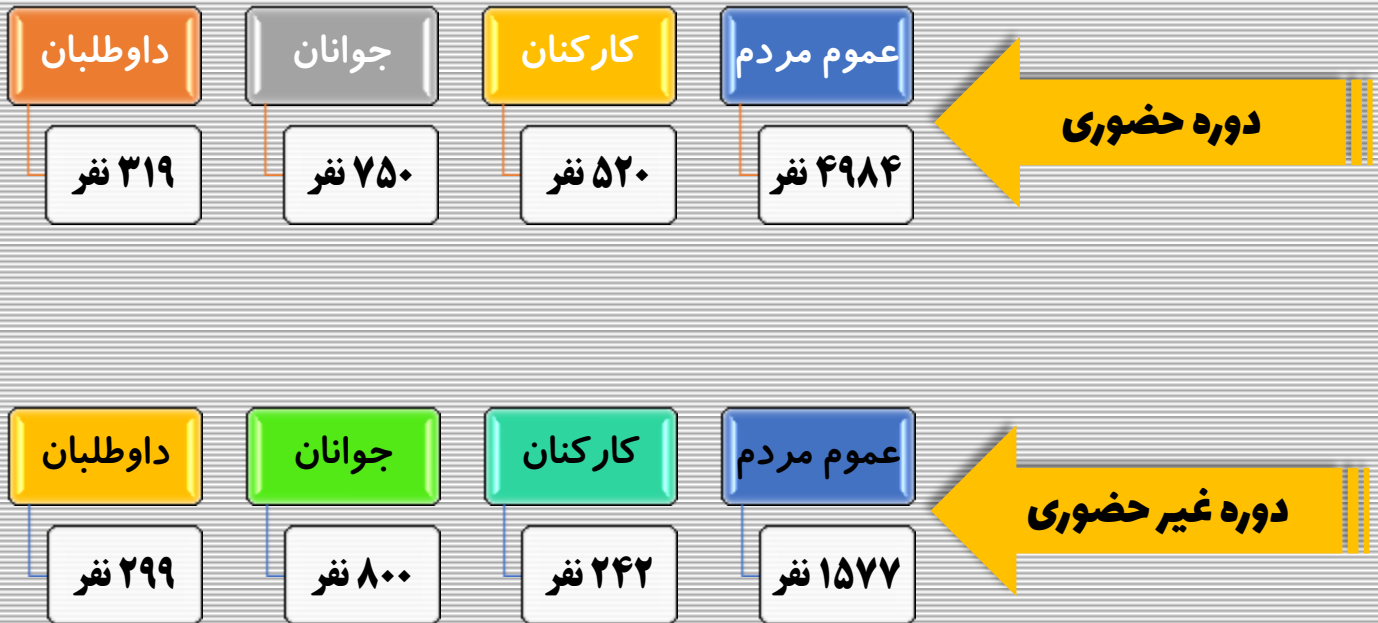
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

تشکیل گروه آموزشی در واتس اپ جهت آموزش جوانان در گیر در طرح های تب سنجی و آمران سلامت- مکاتبه با دستگاه های اجرایی و دانشگاه ها و شرکت شهرک های صنعتی و معرفی دوره های مجازی مرتبط با کرونا و معرفی سایت خادم

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

۴ رسانه

استان سیستان و بلوچستان



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۱۲/۲۸



توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

تعیین مکان مناسب برگزاری دوره ها ترجیحاً فضای آزاد مساجد و مدارس دارای فضای آموزشی جهت رعایت فاصله اجتماعی - تهیه و توزیع ماسک با همکاری معاونت امور داوطلبان - تهیه مواد ضد عفونی کننده در شعب با پشتیبانی ستاد به صورت محدود - تهیه شیلد برای مرییان - چاپ و ارسال پوسترهای ویژه رعایت موارد ضروری توسط برگزار کنندگان، مرییان، فراگیران، در روند برگزاری دوره ها

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

استفاده از ظرفیت کلیه افراد فعال در فضای مجاری استان و تشکیل تیم های شهرستانی و استانی

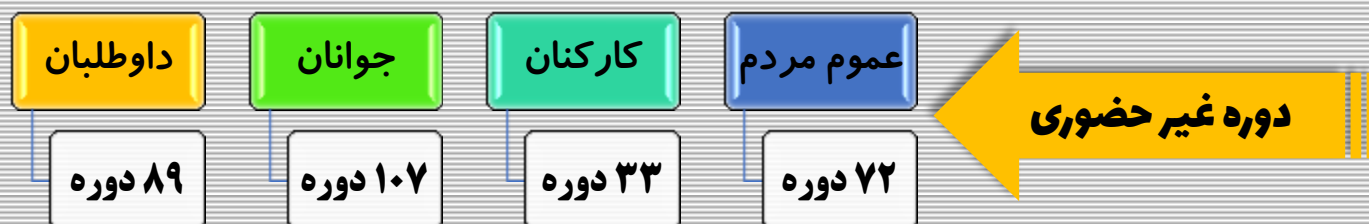
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

-

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

۲ رسانه - صداوسیما استانی

استان فارس



بازه زمانی: اسفند ۹۸ تا دی ماه ۹۹

استان فارس



استان فارس

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

حفظ فاصله اجتماعی-طرح آمران سلامت-توزیع اقلام بهداشتی-آموزش

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

ارسال پیام های آموزشی و هشدارها در اینستاگرام-واتساپ-

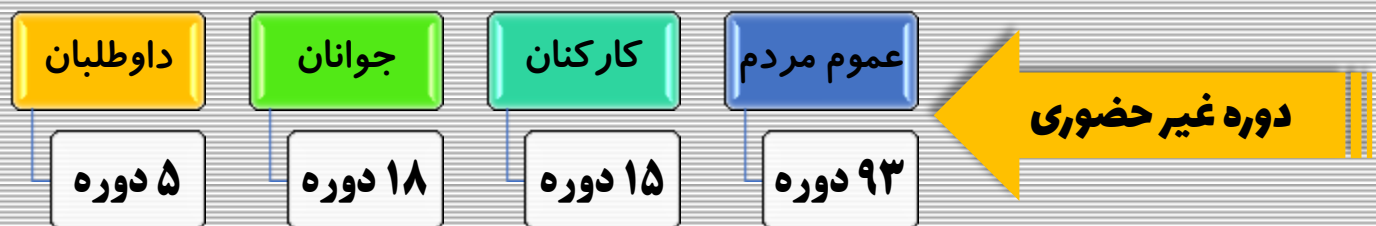
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

-اینفوگرافی-موشن گرافی-پوستر و بنر-کلیپ و عکس نوشته-برپایی چادرهای آموزشی

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

رسانه های مجازی-صداوسیما

استان قزوین



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۱۵ تا ادامه دارد

استان قزوین



استان قزوین

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

الزام به استفاده از ماسک هنگام حضور در کلاس-تهیه محلول ضد عفونی کننده در ورودی کلاسها
رعایت فاصله اجتماعی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

ساخت و تولید اینفوگرافی های آموزشی و انتشار در صفحه رسمی اینستاگرام
معاونت آموزش و نیز انتشار در کلیه رسانه ها و شبکه های مجازی و کانال های
ارتباطی با اعضاء و عموم مردم

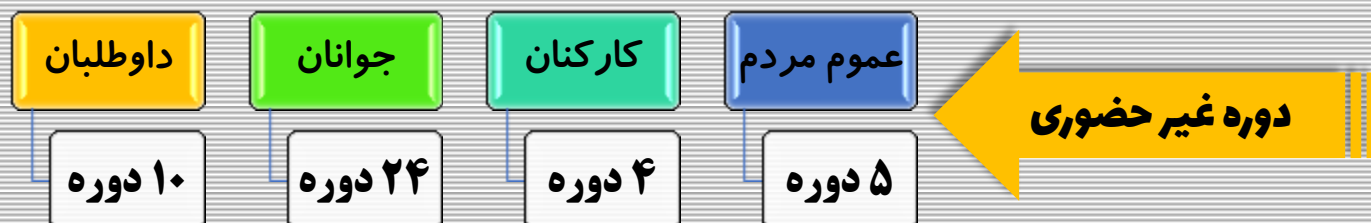
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

ساخت و تولید کلیپ با اشعار کودکانه ویژه کودکان -طراحی مسابقه -تولید
پیام های آموزشی ویژه خانواده همکاران و توزیع در اتوماسیون اداره

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

۸ مورد-قزوین خبر- ایرنا- ایسنا-برنا-تسنیم-خبرگزاری فارس-خبر
انلاین-بسیج

استان قم



بازه زمانی: اردیبهشت ۹۹ تا پایان آذر ماه ۹۹

استان قم



استان قم

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

کمک به اجرای طرح آماران سلامت - کمک مومنانه - طرح شهید سلیمانی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

مصاحبه رادیویی و تلویزیونی - مصاحبه با خبرگزاری ها

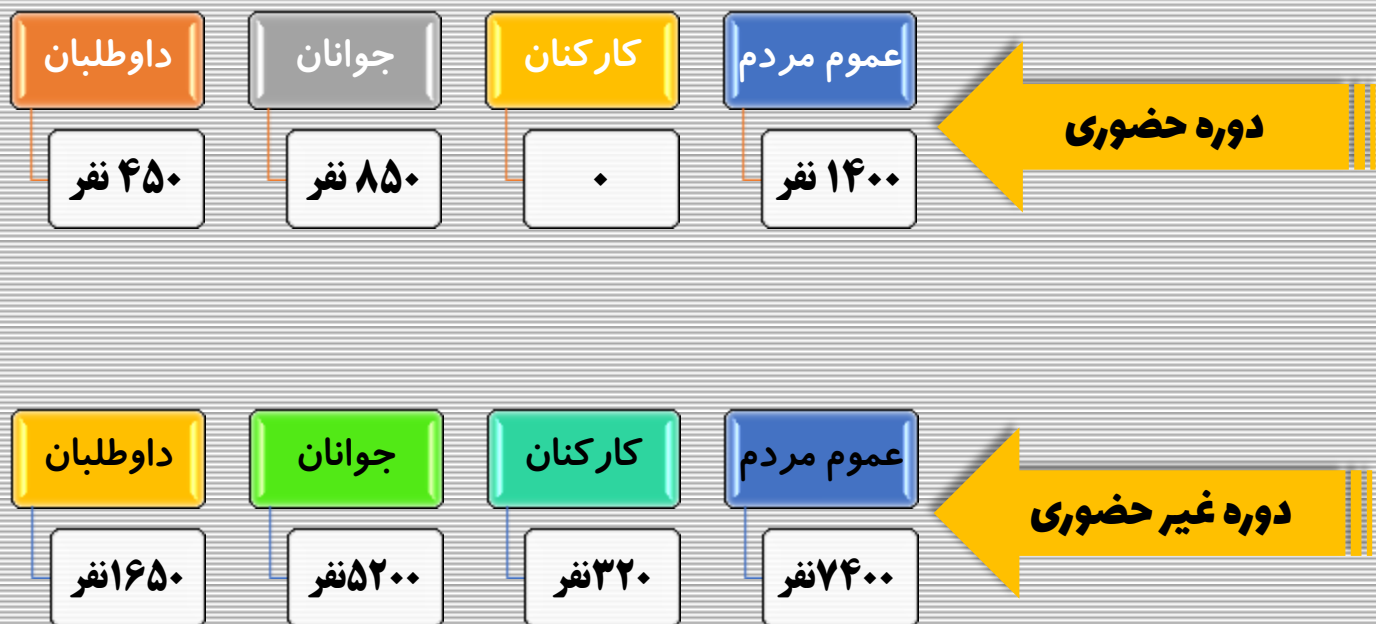
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

آموزش بسیج اساتید حوزه و گروه های جهادی جهت کار در بیمارستان ها،
تقدیر از کارکنان بیمارستان های کرونا پذیر توسط مربیان آموزشی

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

صداوسیمای استانی

استان کردستان



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۱۰/۳۰

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

استان کردستان

۱۰۴



استان کردستان

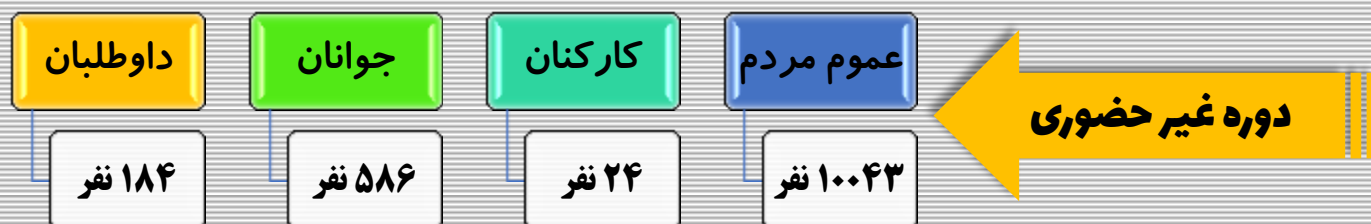
توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:
راه اندازی کارگاه های تولید ماسک توسط اعضا و خیرین - تعیین مکان مناسب برای برگزاری دوره ها ترجیحا فضای باز - اجرای طرح ناظران سلامت

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:
همکاری با صداوسیما - ترویج فعالیت ها در رسانه های محلی و استانی

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:
تهیه ماسک با پارچه های موجود در منازل توسط افراد

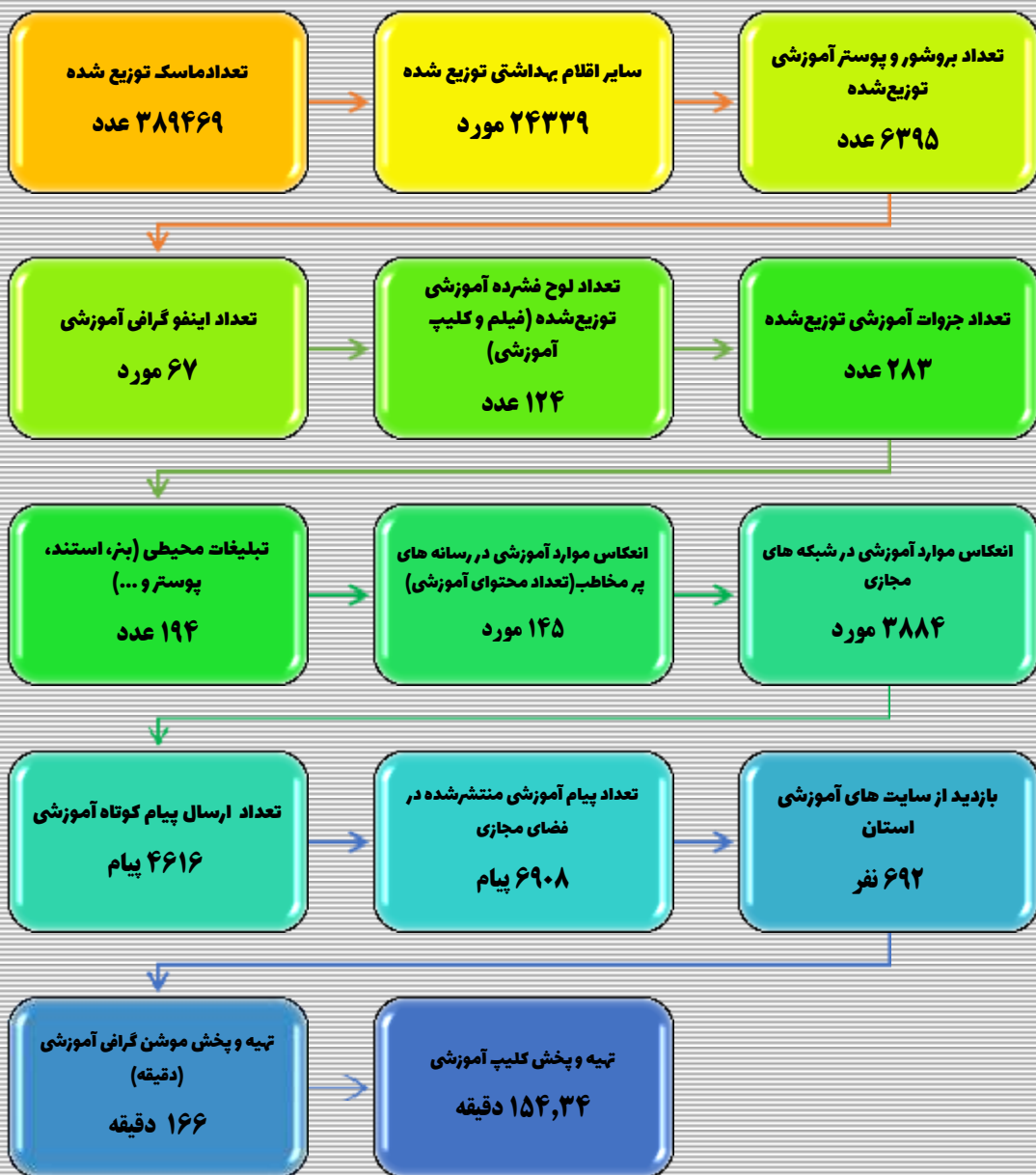
انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)
دعوت به کمپین شکست کرونا و نه به دورهمی - ۲۰ مورد در صداوسیما -
۶۰ مورد در فضای مجازی

استان کرمان



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۲/۰۱ تا ۱۳۹۹/۱۱/۰۱

استان کرمان



استان کرمان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

ضد عفونی روزانه کلاس آموزش و رعایت فاصله فراگیران و توزیع ماسک و ژل دست-نصب بئر در اداره-نصب محل شستشو و ضد عفونی دست و صورت-همکاری با مرکز بهداشت و برپایی ایستگاه آمران سلامت در میدان اصلی شهر-ضد عفونی معابر عمومی و توجیه کردن مردم در قالب دو طرح امران سلامت و ناظران سلامت -پایگاه غربالگری و تب سنجی ۱۹۶۷۶ -ایجاد کارگاه های تولید ماسک و دستکش توسط خانه های هلال - پخش بسته های معیشتی و پخش بین آسیب دیدگان از بیماری کرونا - پخش ماسک در طرح های مختلف ماند نذر سلامت، آمران سلامت، ناظران سلامت و طرح حاج قاسم سلیمانی و... برگزاری مسابقات مجازی ساخت پوستر، نقاشی، دل نوشته و... انجام رپید تست کرونا - انجام طرح غربالگری-طرح ناظر سلامت- آمران سلامت توزیع ماسک و ست های بهداشتی توزیع بسته سبب غذایی تحویلی از سوی جمعیت محترم استان به خسارت دیدگان از بیماری کرونا

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

تهیه عکس و کلیپ کوتاه و انتشار در گروه ها خبرگزاری ها ارسال پیامک آموزشی و هشدار دهنده تهیه کلیپ های آموزشی. مطلب آموزشی در زمینه راه های پیشگیری و درمان در صورت ابتلا به کووید ۱۹ -راهنمایی مراقبت از بیمار کرونایی در خانه ارسال فیلم های آموزش و پیشگیری از بیماری کرونا در گروه جوانان و داوطلبان وامداد گران و سایت شهری تهیه و نشر مطالب آموزشی-اینفوگرافی- پوستر و غیره در گروه های آموزشی تبلیغات در گروه های مجازی و از طریق نصب بئر در سطح شهر انجام شد آموزش بهداشت و رعایت پروتکل های بهداشتی توصیه به زدن ماسک و رعایت قوانین که از طرف ستاد کرونا تصویب شده

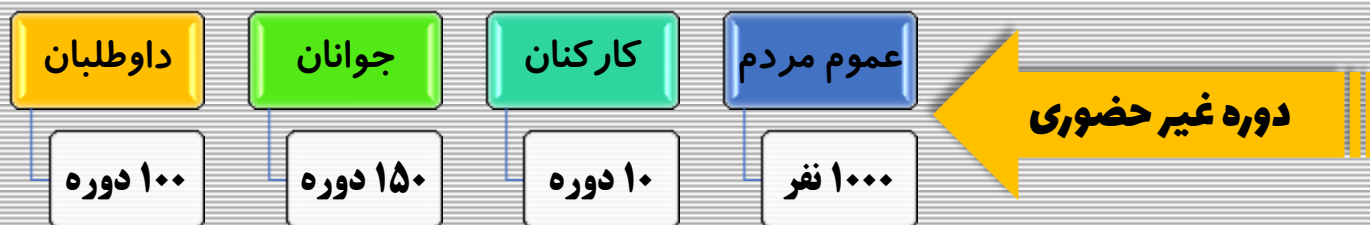
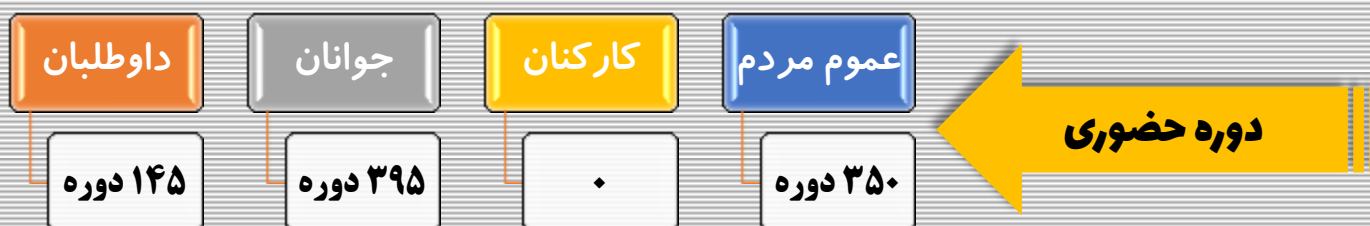
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

-

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- ۱۰ مورد

استان کرمانشاه



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ و ادامه دارد

استان کرمانشاه



استان کرمانشاه

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

اختصاص ۲ ساعت آموزشی در مورد کرونا به هر دوره آموزشی و تهیه ماسک و مواد ضد عفونی کننده برای مریبان و فراگیران - رعایت فاصله گذاری اجتماعی - برگزاری دوره در فضای باز جهت رعایت تهویه مناسب

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

منابع مورد تأیید وزارت بهداشت و تولیدات استانی

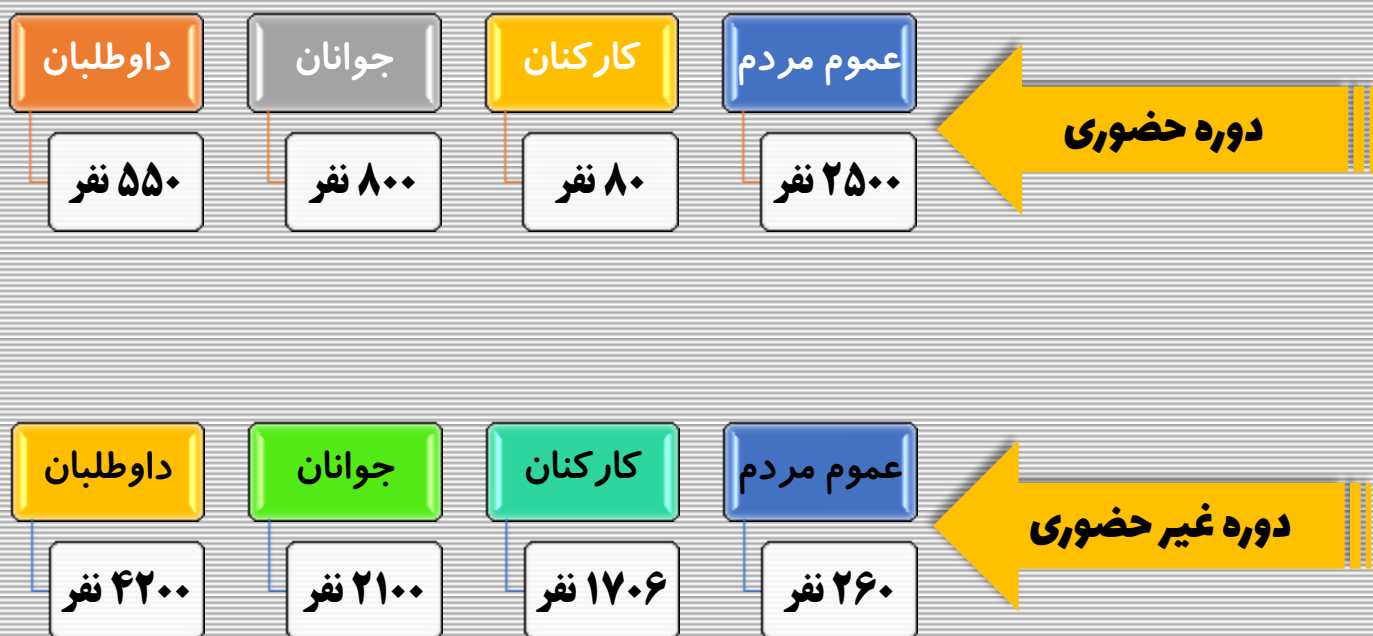
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

- اختصاص ۲ ساعت آموزشی در مورد کرونا به هر دوره آموزشی

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- سایت آپارات و فضای مجازی در شهرستان های استان

استان کرکيلويه و بويراحمد



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۱۰/۳۰

استان کرکیلویه و بویر احمد



استان کرکیلویه و بویر احمد

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

همکاری با طرح شهید سلیمانی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

—

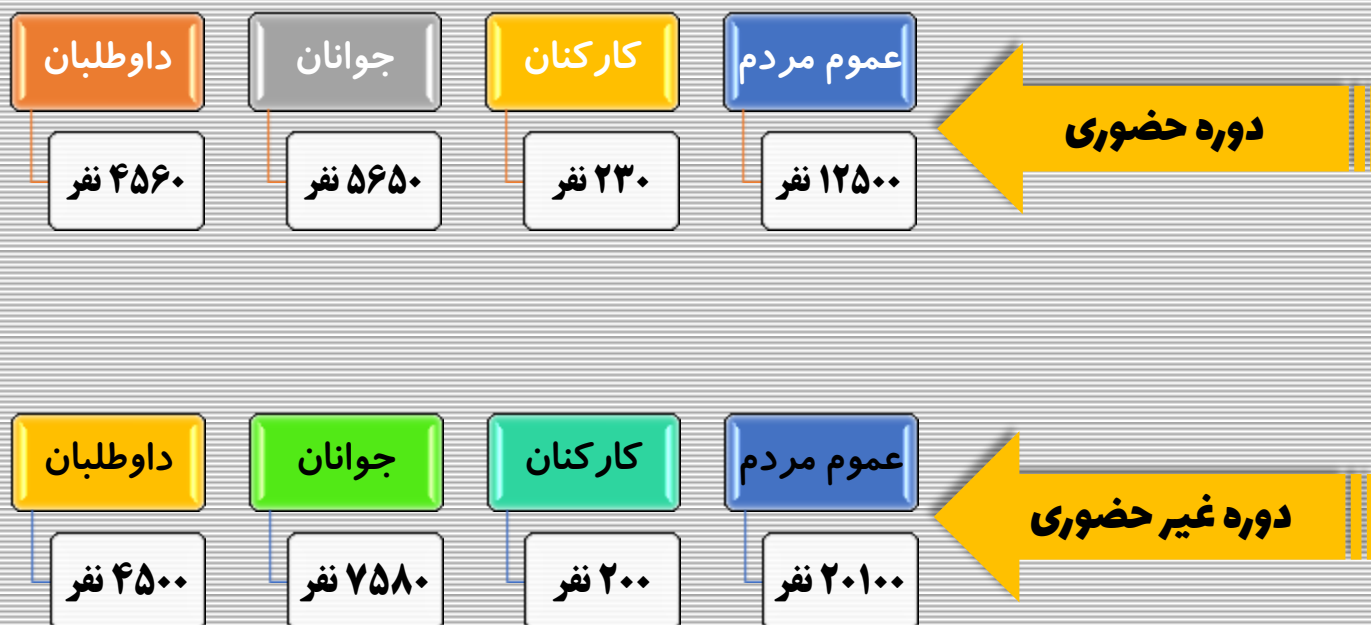
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

—

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

صداوسیما، رسانه های محلی کبنا نیوز و.

استان گلستان



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۲/۰۵ تا ۱۳۹۹/۱۰/۱۰

استان گلستان



استان گلستان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

هماهنگی کلیه معاونت ها با معاونت درمان در فعالیتهای محوله

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

-ساخت اسلایدهای آموزشی سه یعد توزیع در ۱۲ شهرستان گروه های معتبر مجازی با پوشش جمعیت ۲۵۰۰۰ تا پخش پیام های کوتاه رادیویی به زبان بومی ترکمنی و مازنی و فارسی حدود ۵۰ دقیقه و پخش برنامه های کارشناسی حدود ۶۰ دقیقه درمجموع

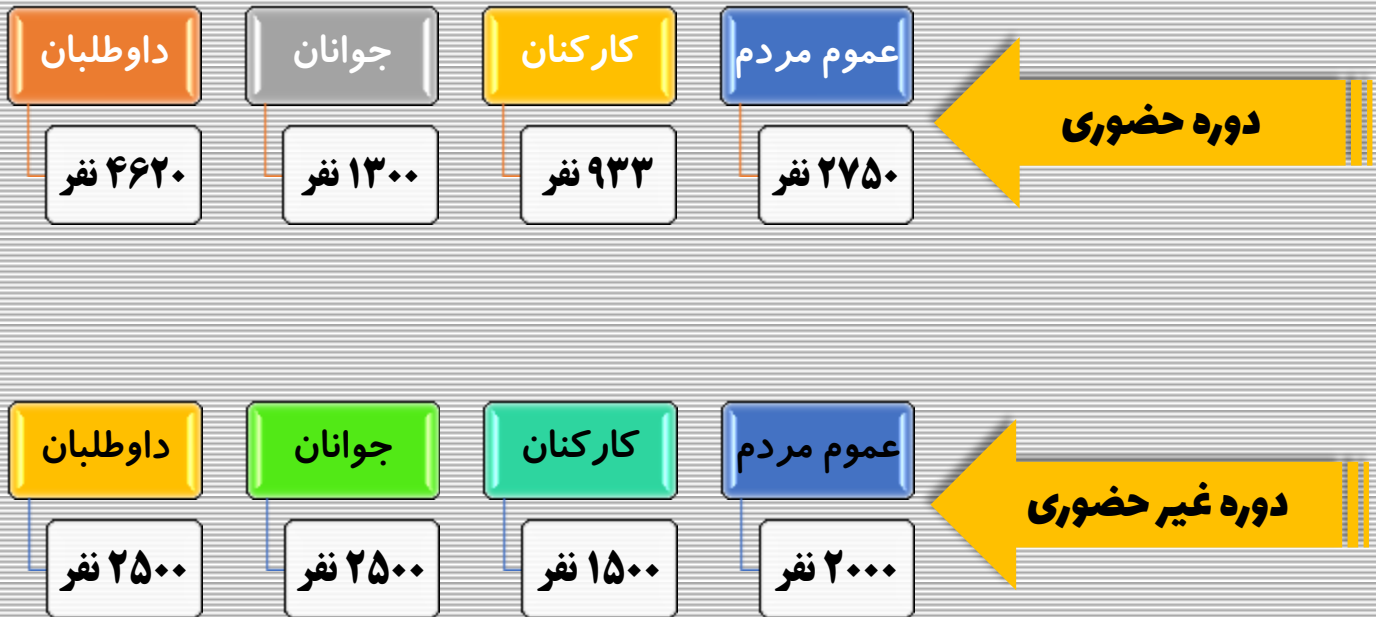
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

-ساخت انیمیشن تک قسمتی سه بعدی- ساخت اسلاید های تصویری سه بعدی ویژه نجاتگران و امدادگران پایگاه ها و امران سلامت به تعداد ۳۰ تا

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

۵۵ مورد

استان گیلان



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۲/۱۰ تا ادامه دارد

استان گیلان



استان گیلان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

تهیه و ارسال دستورالعمل در خصوص رعایت پروتکل های بهداشتی در شعب بخصوص در زمان برگزاری کلاس های آموزشی - گزارش گیری و نظارت کامل رابطین درمان شعب بر نحوه اجرای دستورالعمل های بهداشتی صادره - اجرای طرح فاصله گذاری و ضد عفونی و نظارت کامل بر رعایت پروتکل های بهداشتی در نمازخانه های جمعیت - تب سنجی و سنجش قند و فشارخون و ویزیت رایگان در مناسبت های مختلف در سطح شهر - تب سنجی در ورودی واحدهای درمانی و توان بخشی - اجرای طرح فاصله گذاری و رعایت و نظارت بر پروتکل های بهداشتی در داروخانه - انجام واکسیناسیون هپاتیت جهت کارکنان و امدادگران و انجام واکسیناسیون آنفلوانزا با هماهنگی دانشگاه علوم پزشکی جهت کادر درمان جمعیت - آمارگیری مداوم از شعب در خصوص اعلام متاثرین از کرونا - اعلام فراخوان به اعضای تیم های درمان در خصوص بیمارستان صحرایی در ایلام - غربالگری دوره ای پرسنل با تب سنجی و سنجش اکسیژن و قند و فشار خون - تنظیم طرح توزیع ماهانه اقلام حفاظتی جهت پرسنل و امدادگران پایگاه ها بر اساس تعداد همکاران و پایگاه های فعال

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

-

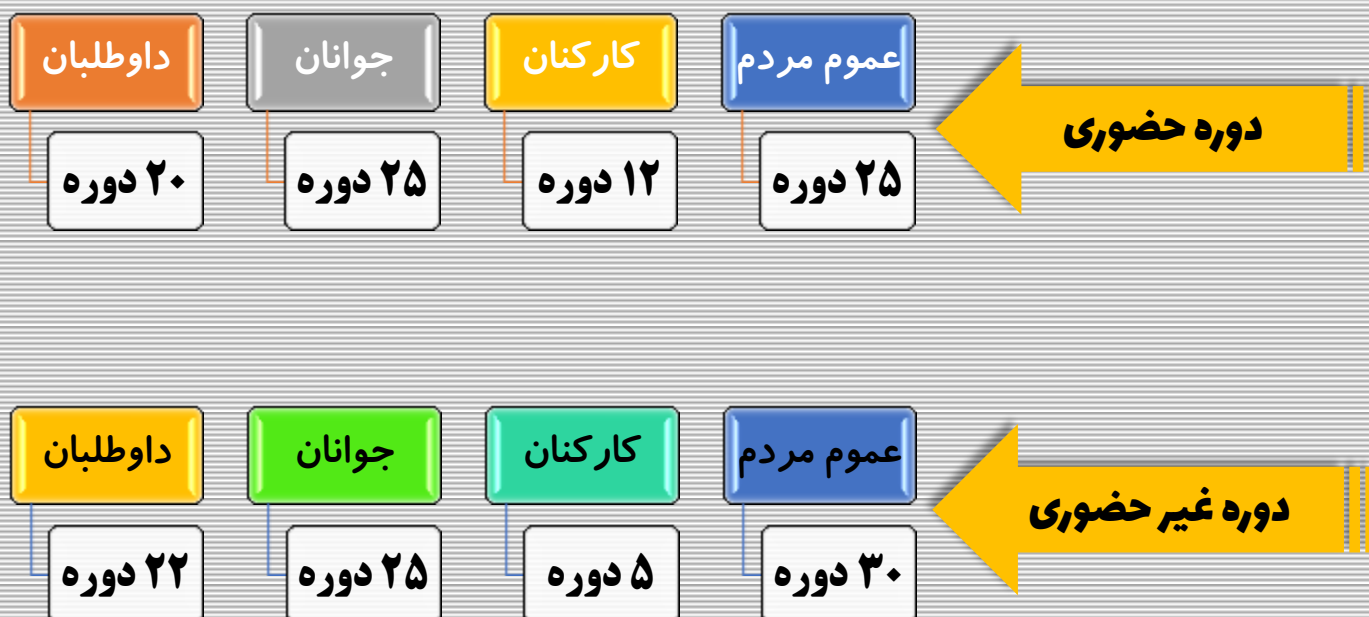
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

- اجرای طرح آزمایش ها غربالگری کرونا و انگلی جهت پرسنل خدماتی و تشکیل پرونده سلامت

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- تهیه و تدوین پوسترهای آموزش همگانی و انتشار در گروه های مجازی کشور و استان (۱۲ مورد)

استان لرستان



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۳ تا ۱۳۹۹/۱۱/۰۳

استان لرستان



استان لرستان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:
اجرای طرح های کشوری پیشگیرانه در سطح شهرستان ها نظیر ناظران سلامت

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

-نصب بنر واستند -پوستر و تولید محتوا برای شبکه های مجازی

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

- برگزاری مسابقات آموزشی نقاشی و آموزشی -ایجاد شبکه های مجازی اختصاصی شهرستانی و استانی.

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- بیش از ۲۰ رسانه صداوسیما مرکز لرستان - صدای بروجرد - مطبوعات و هفته نامه و ماهنامه
هلال احمر استان و مطبوعات استانی

استان مازندران



بازه زمانی: فروردین ۹۹ تا آذر ماه ۹۹

استان مازندران



استان مازندران

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:
900000-پیسته

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

-اطلاع رسانی با خودرو های امدادی ۹۷۵۳ مورد

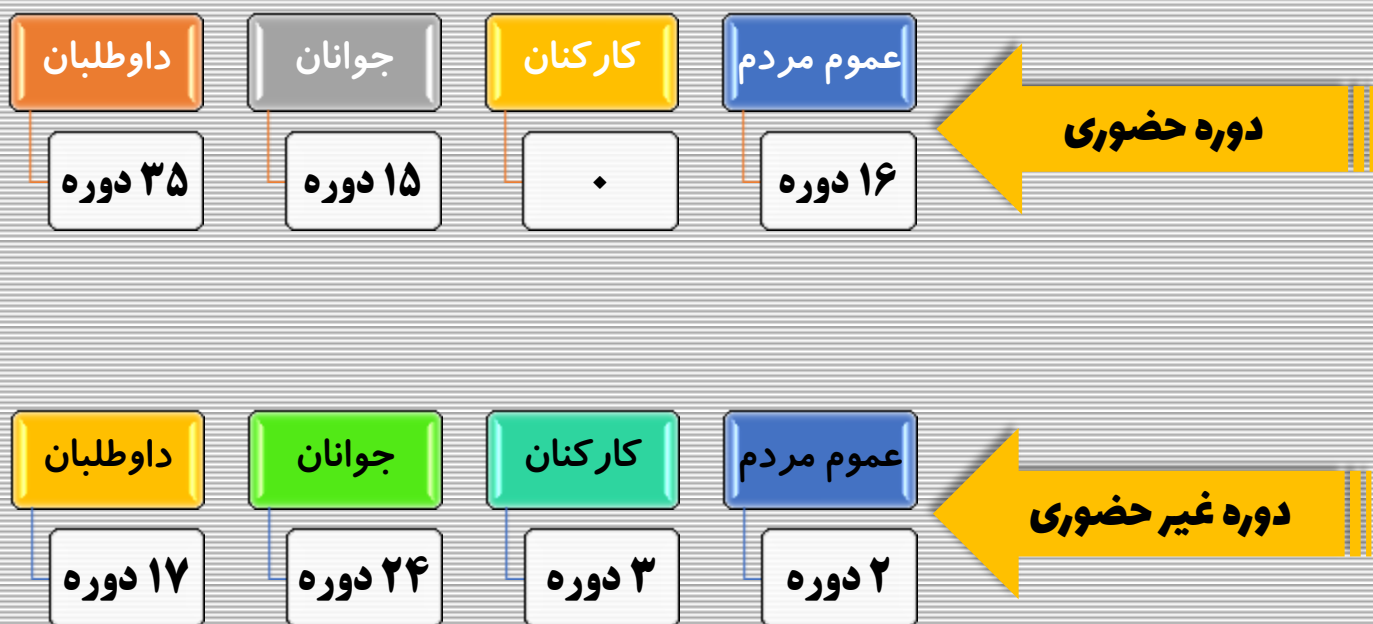
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

-

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- ۱۰۰ مورد

استان مرکزی



بازه زمانی: بهمن ماه ۸۹ تا آبان ماه ۹۹

استان مرکزی



استان مرکزی

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

-توصیه به استفاده از ماسک، رعایت فاصله گذاری اجتماعی، شستشوی دست ها، ضد عفونی کردن وسایل و لوازم شخصی

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

-ارسال پیام کوتاه، کلیپ، پوستر و ...

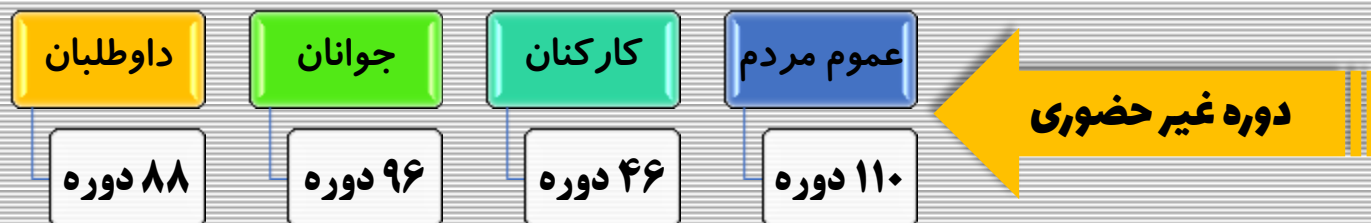
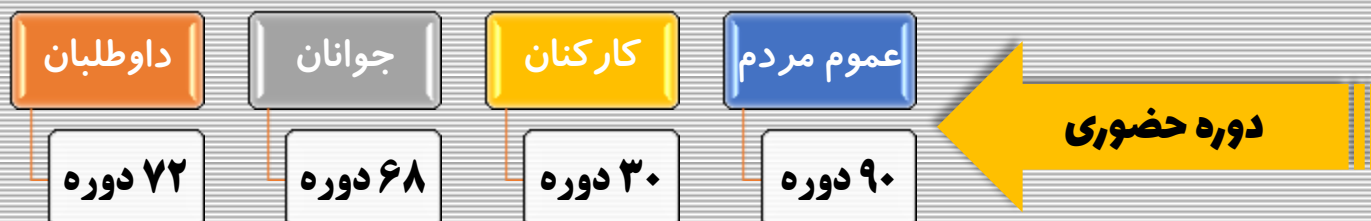
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

-تهیه ماسک توسط خیرین شعبه آشتیان

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- شبکه های اجتماعی ۲

استان هرمزگان



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۰۱/۰۱ تا ۱۳۹۹/۰۹/۰۱

استان هرمزگان



استان هم‌مزگان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل‌های بهداشتی:

- گروه‌بندی کلاس‌های حضوری با رعایت موازین بهداشتی، استفاده از ظرفیت شبکه‌های مجازی

شرح مختصر تبلیغات رسانه‌ای و فضای مجازی:

- در کنار استفاده از رسانه‌های رسمی از شبکه‌های اجتماعی مجازی در دسترس عموم برای توزیع محتوای آموزشی استفاده گردید.

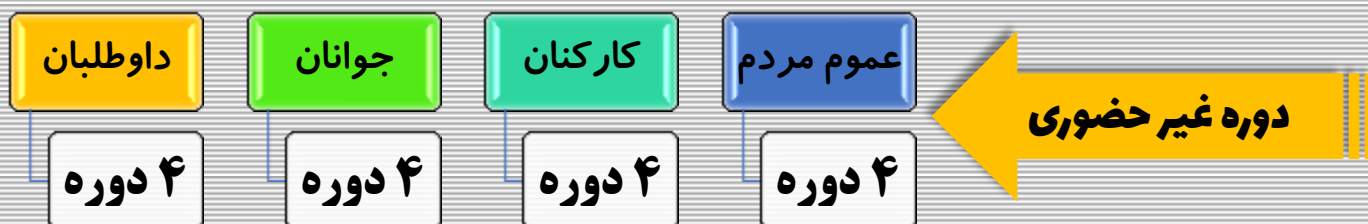
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

- استفاده از ظرفیت خانه‌های هلال برای انتقال آموزه‌های آگاهی‌بخش و پیشگیرانه به خانواده‌ها

انعکاس موارد آموزشی در رسانه‌های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- ۲۵ جراید و رادیو و تلویزیون محلی

استان همدان



بازه زمانی: ۱۳۹۸/۱۱/۱۵ تا ۱۳۹۹/۱۰/۱۵

استان همدان



استان همدان

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

- رعایت پروتکل های بهداشتی در کلیه دوره های حضوری ۲- تعطیلی دوره های حضوری آموزشی در شعب با وضعیت قرمز ۳- توزیع ماسک به فراگیران در کلاس های حضوری ۴- تشکیل گروه های مجازی برای فراگیران دوره های غیر حضوری-

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

انتشار پوسترهای آموزشی در فضای های اطلاع رسانی مجازی و شبکه شاد، و گروه های مجازی اطلاع رسانی دولتی،

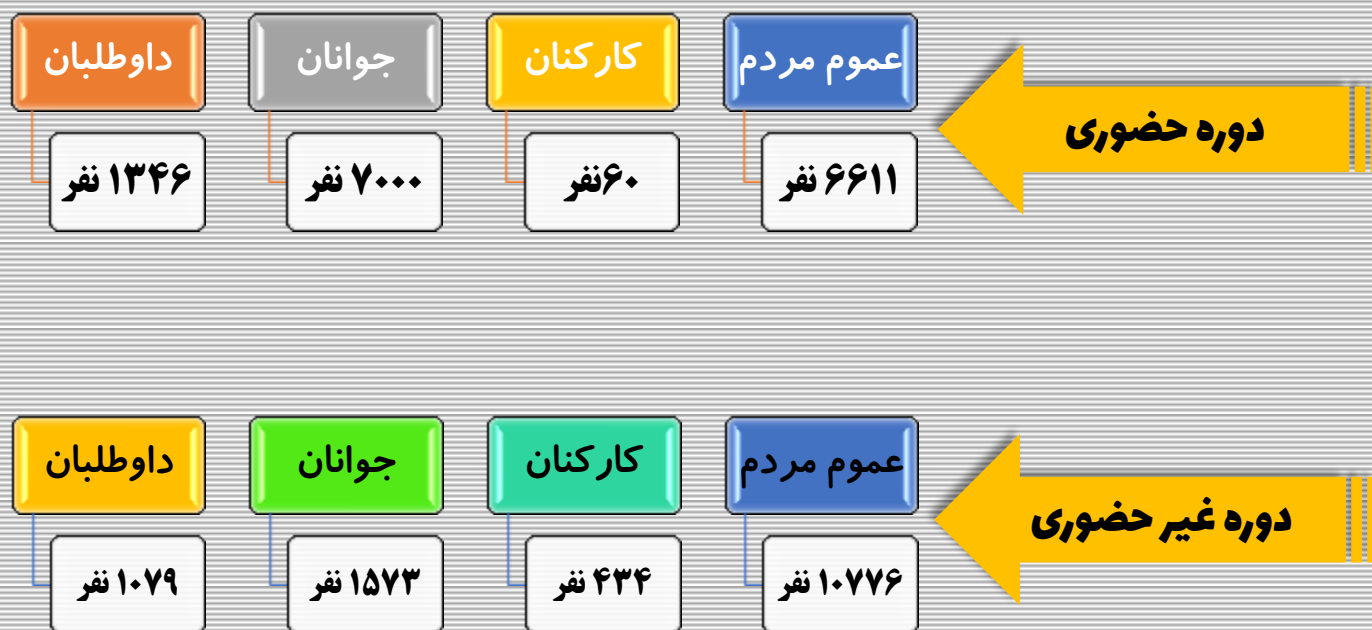
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

استفاده از گروه های نمایشی در سطح شهر ۲- استفاده از گروه نفره ای پوشان در سطح شهر ۳- استفاده از تابلوهای تبلیغاتی در سطح شهر

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- ۱۰ مورد صداوسیما

استان یزد



بازه زمانی: بهمن ۹۸ تا کنون

استان یزد



استان یزد

توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

- حفظ فاصله گذاری اجتماعی، استفاده از ماسک و مایع ضد عفونی، استفاده از تب سنج، استفاده از فضای مجازی، ...

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

- اطلاع رسانی در رسانه های خبری و گروه های مجازی، تبلیغات در فضای مجازی، مصاحبه و انتشار اخبار و...

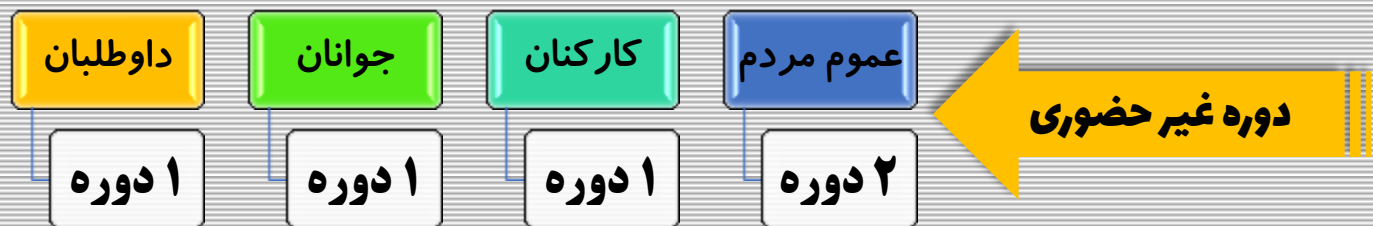
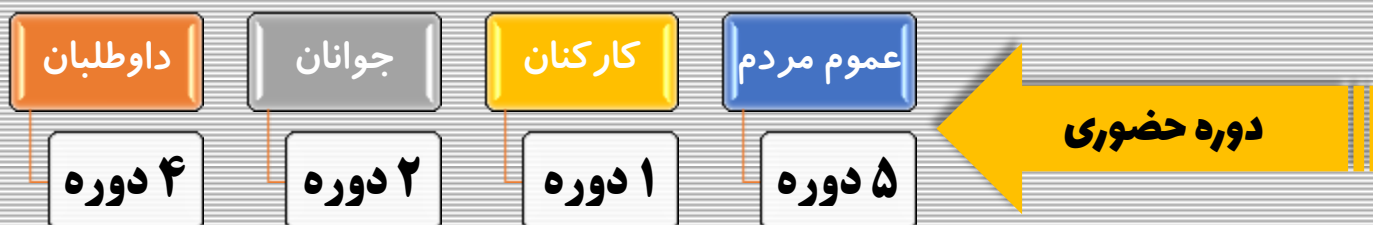
شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

- تهیه اینفو گرافی (موشن گرافی، کلیپ های آموزشی، کاتالوگ، بروشور...) تشویق و شرکت اعضای خانه های هلال در لایو اینستاگرامی کمک های اولیه،...

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- ۱۰ مورد (خبرگزاری فارس، باشگاه خبرنگاران جوان، ایرنا، ایسنا، مهر، تسنیم، صداوسیما، یزد فردا، یزد نیوز)

جمعیت هلال احمر مرکز مستقل کیش



بازه زمانی: ۱۳۹۹/۱۲/۰۵ تا ۱۳۹۹/۱۰/۲۵

جمعیت هلال احمر مرکز مستقل کیش



توضیح اقدامات ویژه انجام شده در راستای رعایت پروتکل های بهداشتی:

- ارسال کلیپ های آموزشی از طریق اینستا گرام و پیمک های آموزشی از طریق واتساپ و

شرح مختصر تبلیغات رسانه ای و فضای مجازی:

- ارسال کلیپ های آموزشی از طریق اینستا گرام و پیمک های آموزشی از طریق واتساپ و

شرح اقدامات ابتکاری و خلاقانه:

- تهیه ماسک و استفاده از آن

انعکاس موارد آموزشی در رسانه های پرمخاطب (تعداد رسانه و نام رسانه)

- ۲ مورد

تقدیر و تشکر

از روزهای نخستین شیوع ویروس کرونا در چین، همکاران و مربیان آموزشی در سراسر کشور شروع به آموزش های پیشگیری از ویروس نمودند و این حرکت جهاد گونه هنوز ادامه دارد که مجموعه حاضر گوشه ای از تلاش ها و فعالیت های این بزرگواران هست که امیدواریم این مجموعه فعالیت ها ضمن ارتقای آگاهی جامعه، مورد رضایت حق تعالی نیز قرار گیرد.

نواب شمس پور
مدیر کل آموزش های همگانی

مشارکت کنندگان تهیه مستند:

مریم یوسفی، مریم نخ ساز، مریم گرمابدری، حورا افرا، عزت الله وقری،
سپیده ضرغام، لیلا مهدوی و مهدی رفیعی فرد (صفحه آرایی)

خبرنگاران داوطلبی که در انتشار محتوا یاریگر ما بودند:

مهدی علیرضایی، علیرضا کرمی، محمد تاجیک، مهدی بابایی، فرهاد شریف پور، ساناز باقری راد، نفیسه سهراییان،
انسبه ایزدی نسب، زینب امینیان، علی البرزی، علی احمدی نیا، مهسا قوی قلب، مرجان قندی، احمد بلباسی، نجمه رحمتی،
ندا روزپروزی، لیلا شوقی، راضیه زرگری، مریم مهران، احسان بداغی، امید کریمی، الهام علمشاهی، مریم یار قلی،
سید مصطفی مرتضوی محمد زندی فر، بهروز بیرانوند، سمیه زرچینی، زهرا جعفری، محمد زارع، فریبا کاکاوند،
رضا احمدوند و خبرنگاران و همکاران روزنامه شهروند

از زحمات جناب آقای دکتر احمدی مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان خراسان رضوی در راهنمایی و همچنین معاون آموزش و پژوهش این استان و همکاران ایشان در تهیه این مجموعه قدردانی می گردد.

همکاران آموزش همگانی ستاد

ردیف	نام و نام خانوادگی
۱	عزت الله وقری
۲	مریم نخ ساز
۳	حورا افرا
۴	دکتر سیده زیبا ایوبیان
۵	الهام سادات کاشانیان
۶	مریم گرمابدری
۷	اکرم رزم پور
۸	سپیده ضرغام
۹	معصومه یاسبلاغی
۱۰	مرتضی صابری
۱۱	سید مجتبی موسوی
۱۲	فائزه قجاوند
۱۳	سعید حیدری
۱۴	لیلا مهدوی
۱۵	رها رضوانی

معاونین و کارشناسان آموزش همگانی

ردیف	استان	معاون آموزش	کارشناسان	رئیس آموزش اداره	همگانی	تخصصی	پژوهش
۱	آذربایجان شرقی	مهدی رحیمی	رسول پور حسین			*	
			رضا نامور		*		
			لیدا امام دوست		*		
۲	آذربایجان غربی	فرید افشار جو	مرتضی شهابی		*		
۳	اردبیل	نصراله باقری	حمید کریمی		*		
۴	اصفهان	اصغر سلطانی	شهرام مکارم			*	*
			محبوبه محمد شفیع		*		
			محمد احمدی		*		
۵	البرز	علیرضا غلامپور شهری	ناهید جهانلو		*		
۶	ایلام	حسن تردست	عبدالرضا خسروی	*			
۷	بوشهر	ابراهیم فولادی	ابراهیم فولادی	*	*		
			اسماء حیدری		*		

گزارش عملکرد معاونت آموزش، پژوهش و فناوری جمعیت هلال احمر در مبارزه با کرونا ویروس

معاونین و کارشناسان آموزش همگانی

ردیف	استان	معاون آموزش	کارشناسان	رئیس اداره آموزش	همگانی	تخصصی	پژوهش
۸	تهران	حمید محلاتی	سارا پیرحسینی		*		
			حسین سپاسی مقدم	*			
			شهناز کامرانی		*	*	
			مریم صدقی		*		*
۹	چهارمحال و بختیاری	شیرین کوهی	نرگس حیدری		*		
			مهراب پودش	*			
			مهدی ارشادی		*		
			فاطمه زهرا خضری		*		
۱۰	خراسان جنوبی	مسلم حسینی	آقای جوادی				*
			حسن پرکار	*			
۱۱	خراسان رضوی	مریم یوسفی سیگاری	محمد صادق توکلی ثانی		*		
			ناهید احمدی زاده		*		*
			حمید خدادادگان			*	

معاونین و کارشناسان آموزش همگانی

ردیف	استان	معاون آموزش	کارشناسان	رئیس اداره آموزش	همگانی	تخصصی	پژوهش
۱۲	خراسان شمالی	علیرضا رزازپور	مهدی علی آبادی	*			
			روح الله ذوالفقاری			*	
			حسنعلی گریوانی			*	
			حمید رضا یاقوتی				*
۱۳	خوزستان	فرهاد مکوندی	مجتبی طحان	*			
			سید جواد رسولی		*		
			آقای طاهر زاده		*		
۱۴	زنجان	فیروز رجائی	اکرم یاری	*			
			علیرضا رجبی		*		
۱۵	سمنان	پریوش پیوندی	مرضیه رجبی		*		
۱۶	سیستان و بلوچستان	محمد امین هاشم زهی	مریم شاهوزهای		*		
			محمود میردشتی		*		

معاونین و کارشناسان آموزش همگانی

ردیف	استان	معاون آموزش	کارشناسان	رئیس اداره آموزش	همگانی	تخصصی	پژوهش
۱۷	فارس	طیب طاهرزاده	مرضیه بذرافکن		*		
۱۸	قم	حسن حسینی	سعیده شریف رازی		*		
			محمد رضا دین پرور		*		
			سمیه مطهری		*		
۱۹	قزوین	تهمینه ابراهیمی لویه	ابوالفضل جوادی	*			
			فاطمه وکیلی		*		
			ناصر صبوری			*	
			فاطمه شکریان				*
۲۰	کردستان	فایق عبدالله زاده	خانم رحیمی		*		
			شهلا فرجی		*		
۲۱	کرمانشاه	مجید نوری	نرگس جعفری		*		
			محمد حسام ویسی		*		

ردیف	استان	معاون آموزش	کارشناسان	رئیس اداره آموزش	همگانی	تخصصی	پژوهش
۲۲	کرمان	نسرین پیرمرادی	صوفیا کریمی افشار	*			
			مریم گله داری		*		
			امیر عرب نژاد		*		
			حجت ایرانمنش			*	
۲۳	کهگیلویه و بویراحمد	سید سجاد موسوی	گلجان توکلی		*		
۲۴	مرکز مستقل گیش	محمد رضا نادری	محمد رضا نادری	*	*		
۲۵	گلستان	عبدالحسین رحیمی	فرخنده فرخی بالا جاده		*		
			خانم طبسی		*		
۲۶	گیلان	مانی علی اصغری	محمد رهبر		*		
			مریم محمدی		*		
			خانم فرج پور		*		
۲۷	لرستان	زنده یاد شهید کامران خدایی	داریوش ملکی		*		
			علی عباسی مقدم		*		
			عباس عبدی			*	

معاونین و کارشناسان آموزش همگانی

ردیف	استان	معاون آموزش	کارشناسان	رئیس اداره آموزش	همگانی	تخصصی	پژوهش
۲۸	مازندران	غلام غلامی	ایمان مختاری		*		
			آقای بهروزی			*	
			محبوبه علی نژاد		*		
۲۹	مرکزی	محمدرضا زمانی	معصومه فرخی منش		*		
			منصوره سعیدی		*		
			عبدالمجید طبسی		*		
۳۰	هرمزگان	احمد رئیسی					
۳۱	همدان	وحید عرفانی	لیلا اظهري	*			
			سعید نوروزی		*		
			سمانه محمود		*		
			محمد صادقیان		*		
			شاهین لهوری				
۳۲	یزد	حامد صدیقی خویدرک	لیلا انتظام زاده	*			
			لیلا فدوی			*	