| | English | **Greek** |
|---|---|---|
| Social post 1: "Mosquito alert" | Mosquitoes can carry diseases. Your best protection is to avoid mozzie bites.<br>Use mosquito repellents containing Picaridin or DEET on all exposed skin; and limit your time outdoors if lots of mosquitoes are about.<br>More information https://www.betterhealth.vic.gov.au/protect-yourself-mosquito-bornedisease | Τα κουνούπια μπορούν να μεταφέρουν ασθένειες. Η καλύτερη προστασία σας είναι να αποφεύγετε τα τσιμπήματα των κουνουπιών.<br>Χρησιμοποιήστε απωθητικά κουνουπιών που περιέχουν πικαριδίνη (Picaridin) ή DEET σε όλο το ακάλυπτο δέρμα και περιορίστε τον χρόνο που περνάτε σε εξωτερικούς χώρους, αν υπάρχουν πολλά κουνούπια.<br>Περισσότερες πληροφορίες στη διεύθυνση https://www.betterhealth.vic.gov.au/protect-yourself-mosquito-bornedisease |
| Social post 2: "Mosquitoes can carry serious disease" | Mosquitoes can spread viruses like Ross river virus, and Japanese encephalitis virus. Avoid mosquito bites.<br>https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease | Τα κουνούπια μπορούν να μεταδώσουν ιούς όπως ο ιός του ποταμού Ross και ο ιός της ιαπωνικής εγκεφαλίτιδας. Να αποφεύγετε τα τσιμπήματα των κουνουπιών.<br>https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease |
| Social post 3: "Stop mosquitoes from breeding" | Mozzies love to breed in stagnant water. Reduce pools of water in and around backyards where you can.<br>Protect yourself and your family from mosquito bites.<br>https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease | Τα κουνούπια αναπαράγονται σε αφθονία σε στάσιμα νερά. Μειώστε τα σημεία συγκέντρωσης νερού μέσα και γύρω από τις αυλές, όπου μπορείτε.<br>Προστατέψτε τον εαυτό σας και την οικογένειά σας από τα τσιμπήματα των κουνουπιών.<br>https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease |

| | | |
|---|---|---|
| Social post 4: "Playing sport this weekend?" | If you're heading outdoors this long weekend enjoy yourself but remember to avoid mosquito bites. Mosquitoes can spread many diseases so:<br>• Cover up: wear long, loose fitting, light coloured, clothing.<br>• Apply: mosquito repellent that contains picaridin or DEET. Reapply often.<br>https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease | Αν πηγαίνετε στην εξοχή αυτό το τριήμερο, απολαύστε το αλλά θυμηθείτε να αποφεύγετε τα τσιμπήματα των κουνουπιών. Τα κουνούπια μπορούν να μεταδώσουν πολλές ασθένειες, γι' αυτό:<br>• Καλυφθείτε: φορέστε μακριά, χαλαρά, ανοιχτόχρωμα ρούχα.<br>• Κάντε επάλειψη: με απωθητικό κουνουπιών που περιέχει πικαριδίνη (picaridin) ή DEET. Κάντε συχνές επαλείψεις.<br>https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease |
| Social post 5: "Packing for a summer holiday?" | Packing for the school holidays?<br>Here's a quick checklist to help keep the family safe:<br>• Hats and plenty of sunscreen<br>• Mozzie repellent<br>• Water bottles<br>• First aid kit<br>• Essential medications<br>Don't forget to download the VicEmergency app so you can receive alerts and warnings about emergencies in your area<br>https://emergency.vic.gov.au/respond/ | Ετοιμάζετε βαλίτσες για τις σχολικές διακοπές;<br>Ακολουθεί μια γρήγορη λίστα ελέγχου που θα σας βοηθήσει να διατηρήσετε την οικογένειά σας ασφαλή:<br>• Καπέλα και άφθονο αντηλιακό<br>• Απωθητικό κουνουπιών<br>• Μπουκάλια νερού<br>• Κουτί πρώτων βοηθειών<br>• Απολύτως απαραίτητα φάρμακα<br>Μην ξεχάσετε να κατεβάσετε την εφαρμογή VicEmergency, για να μπορείτε να λαμβάνετε ειδοποιήσεις ετοιμότητας και προειδοποιήσεις για καταστάσεις έκτακτης ανάγκης στην περιοχή σας<br>https://emergency.vic.gov.au/respond/ |
| Social post 8: "Tips for using insect repellent" | There are lots of mozzies about this summer.<br>If you're heading outdoors hiking or camping, remember to pack mozzie repellent. | Κυκλοφορούν πολλά κουνούπια αυτό το καλοκαίρι.<br>Αν πηγαίνετε στην εξοχή για πεζοπορία ή κατασκήνωση, θυμηθείτε να βάλετε στις αποσκευές σας απωθητικό κουνουπιών. |

| | | |
|---|---|---|
| | https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease | https://www.betterhealth.vic.gov.au/protectyourself-mosquito-borne-disease |