**Профилактика COVID-19**

**ИНСТРУКЦИИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ИНФИЦИРОВАНИЯ**  
**COVID-19 ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ**  
Роспотребнадзор разработал для учащихся инструкцию по профилактике  
возникновения коронавируса в школе. Она включает такие пункты:  
1. Чаще мойте руки с мылом, а если отсутствует такая возможность, то пользуйтесь  
спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками;  
2. Соблюдайте безопасное расстояние – в общественных местах необходимо  
находиться не ближе одного метра друг к другу;  
3. Ведите здоровый образ жизни – полноценный сон, физическая активность,  
употребление продуктов, богатых белками, витаминами и минеральными  
веществами;  
4. Обеспечивайте защиту дыхательным органам ношением специальной маски – в  
зависимости от конструкции её нужно менять спустя 2, 4 или 6 часов;  
5. При возникновении симптомов Ковид-19 оставайтесь дома и незамедлительно  
обратитесь к врачу.  
Соблюдение инструкции по предупреждению инфицирования вирусом является  
залогом формирования здоровой и безопасной среды в школьном учреждении,  
ведь дети относятся к группе риска.  
ПАМЯТКИ ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ИНФИЦИРОВАНИЯ КОВИД-  
19 ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ  
Для снижения риска заболевания COVID-19 среди учеников ВОЗ и  
Роспотребнадзор рекомендуют распространять дополнительную информацию о  
предупреждении развития пандемии в учебном заведении. Это могут быть  
буклеты и различные информационные материалы на тему: «Как избежать  
коронавируса?».  
Данная памятка по профилактике коронавируса в школе для школьников может  
быть такой:  
 часто мой руки мылом или обрабатывай антисептиком – если на поверхности•  
кожи есть вирус, то её обработка мыльным или спиртовым раствором  
ликвидирует его;  
 соблюдай личную гигиену – прикрывай рот и нос салфеткой, в момент кашля и•  
чихания. Сразу после этого выкинь её и тщательно помой руки;  
 соблюдай безопасную дистанцию, пребывая в общественных местах – вирусом•  
можно заразиться, если вдыхать воздух, находящийся рядом с зараженным  
человеком. Поэтому, от людей нужно держаться на расстоянии не менее 1 – 1,5 м;  
 если почувствовал себя плохо, сразу сообщи учителю, если находишься на•  
уроках, или родителям, пребывая дома – чем раньше ты обратишься за помощью,  
тем выше шансов быстро выздороветь и никого не заразить.