**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.