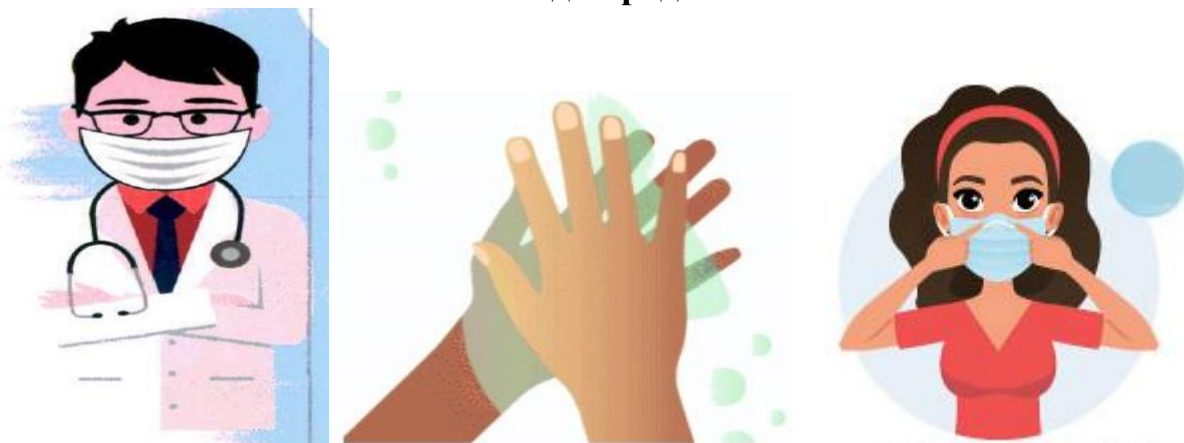


ПАМЯТКА ПРОТИВОЭПИДЕМИЧЕСКОГО ПОВЕДЕНИЯ

по предупреждению инфицирования

Covid-19 для родителей



- Ведите здоровый образ жизни – полноценный сон, физическая активность, употребление продуктов, богатых белками, витаминами и минеральными веществами.
- Ограничьте приветственные рукопожатия, поцелуи и объятия.
- Чаще мойте руки с мылом, а если отсутствует такая возможность, то пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.
- Обеспечивайте защиту дыхательным органам ношением специальной маски – в зависимости от конструкции её нужно менять спустя 2, 4 или 6 часов.
- Помните: не допускается прохождение и присутствие на школьной территории родителей или иных лиц.
- Связь родителей со школой, с классным руководителем осуществляется дистанционно посредством телефонной связи и мессенджеров.
- При возникновении симптомов COVID-19 (повышенная температура – выше 37,2°; кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты); одышка, ощущения сдавленности в грудной клетке; повышенная утомляемость; боль в мышцах, боль в горле; заложенность носа, чихание) у вашего ребенка оставьте его дома и незамедлительно обратитесь к врачу, также оповестив классного руководителя посредством телефонного звонка или сообщения.

Пять простых правил:

1. «Носи маску».
2. «Систематически обрабатывай руки антисептиком»
3. «Соблюдай социальную дистанцию с учениками»
4. «Соблюдай социальную дистанцию с коллегами»
5. «Почувствовал недомогание, останься дома»