

# ПАМЯТКА ПРОТИВОЭПИДЕМИЧЕСКОГО ПОВЕДЕНИЯ

## ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ



- 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.
- Ученики заходят в школу через приписываемые в индивидуальном порядке фильтры согласно графику работы этих фильтров. При входе обязательно будет проведена термометрия.
- Не допускается прохождение и присутствие на школьной территории родителей или иных лиц.
- Термометрия учеников выполняется при входе на школьную территорию и далее в течение дня.
- Во время перемен ученикам подлежит двигаться по разделительным линиям и в отмеченных цветом направлениях, соблюдая социальную дистанцию в 1.5 метра. Само движение осуществлять отдельно, вне состава групп.
- При наличии контакта с больным(и) COVID-19, а также 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) оставайтесь дома и незамедлительно обратитесь к врачу, также оповестив своего классного руководителя посредством телефонного звонка или сообщения.