

# ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ПРОФИЛАКТИКИ ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

Профилактические мероприятия – это не только отмена занятий в школах, но и ограничение любых массовых скоплений людей

Поэтому дети в период карантина должны находиться дома и избегать любых массовых событий



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ПРОФИЛАКТИКИ ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

В период карантина  
необходимо с  
особым вниманием  
отнестись к детям



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ПРОФИЛАКТИКИ ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

Следует избегать посещения с детьми любых общественных мест (магазинов, торговых центров, кинотеатров)

и общественного транспорта



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ПРОФИЛАКТИКИ ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

Даже во время  
прогулки следует  
избегать любых  
контактов,

тем более -  
собираться  
компаниями для игр



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ В ПЕРИОД ПРОФИЛАКТИКИ ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСА

Будьте внимательны  
к своим детям!

Ответственность за жизнь  
и безопасность детей  
несут родители!



МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# ЗАЩИТИСЬ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ

## ВИРУСЫ ЕСТЬ ВЕЗДЕ



- ВИРУСЫ ОЧЕНЬ МАЛЫ, МЫ НЕ СМОЖЕМ ИХ УВИДЕТЬ БЕЗ МИКРОСКОПА
- КОГДА ЗАБОЛЕВШИЙ ЧЕЛОВЕК КАШЛЯЕТ, ЧИХАЕТ, РАЗГОВАРИВАЕТ, ВИРУСЫ РАЗНОСЯТСЯ ВОКРУГ С КАПЕЛЬКАМИ СЛЮНЫ
- ЗДОРОВЫЙ ЧЕЛОВЕК ВДЫХАЕТ ЭТИ ВИРУСЫ И ЗАРАЖАЕТСЯ

## КАК ЕЩЕ МОЖНО ЗАРАЗИТЬСЯ

- ПРИКОСНУВШИСЬ К ЛЮБОЙ ТВЕРДОЙ ПОВЕРХНОСТИ ИЛИ ПРЕДМЕТУ, ЕСЛИ ТАМ ЕСТЬ ВИРУСЫ (СТОЛ, ДВЕРНАЯ РУЧКА, ТЕЛЕФОН, ИГРУШКА, ПЕРИЛА)



- ПРИКАСАЯСЬ НЕМЫТЫМИ РУКАМИ К НОСУ, РТУ, ГЛАЗАМ
- ПРИ РУКОПОЖАТИЯХ, ПОЦЕЛУЯХ И ОБЪЯТИЯХ

В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВИРУСЫ ОСТАЮТСЯ ЖИВЫМИ ДОЛЬШЕ ДВУХ ЧАСОВ!

## СИМПТОМЫ:

- ✓ ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- ✓ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, УСТАЛОСТЬ
- ✓ КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ



- ✓ ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСМОРК
- ✓ ПЕРШЕНИЕ И БОЛЬ В ГОРЛЕ
- ✓ ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ

## ОБЩИЕ ПРАВИЛА ГИГИЕНЫ



### БЕСКОНТАКТНОЕ ПРИВЕТСТВИЕ

Разработайте и предложите друзьям и коллегам использовать приветствие, исключая физический контакт. Это может быть кивок головой, поклон, взмах рукой или даже соприкосновение обувными ногами.



### ПРОВОДИТЕ УБОРКУ И ПРОВЕТРИВАНИЕ

Проводите влажную уборку помещений ежедневно. Особенно важно обработать предметы, которых часто касаются люди — дверные ручки, выключатели, кнопки общих приборов. Обеспечьте сквозное проветривание помещений.



### НЕ ДЕЛИТЕСЬ ЛИЧНЫМИ ВЕЩАМИ

Пользуйтесь только личной или одноразовой посудой. Не ешьте еду из общих упаковок (орешки, чипсы и т.п.), если другие люди дотрагивались до нее руками. Предметы личной гигиены — зубная щетка, полотенце — не должны соприкасаться с такими же предметами других людей.



### ОБЪЯСНИТЕ ЭТО ДЕТЯМ

Дети и подростки больше других рискуют заразиться, они часто близко взаимодействуют друг с другом и не являются эталоном в поддержании чистоты.

## ИНФОРМАЦИОННАЯ ГИГИЕНА



### ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАДЕЖНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ

Чтобы узнать о ситуации с распространением коронавируса, пользуйтесь официальными сайтами органов власти или СМИ. Они несут ответственность за публикации. Посты в социальных сетях, голосовые сообщения, отражают личное мнение того, кто их опубликовал. Это не источник объективной информации.



### РАСПРОСТРАНЯЙТЕ ПРОВЕРЕННЫЕ ДАННЫЕ

Прежде чем нажать кнопку «поделиться» удостоверьтесь, что вы доверяете этому источнику также, как себе. Подумайте, зачем вы делитесь информацией и какому выводу или действию это может привести.



### НЕ ТЕРЯЙТЕ ГОЛОВЫ ИЗ-ЗА НОВОСТЕЙ

Если вы увидели новость о дефиците медицинских масок — не спешите покупать их у спекулянтов. Спокойно решите для себя, какие меры профилактики и защиты вы будете применять. Публикации о пустых полках в магазинах тоже требуют трезвой оценки. Дефицита товаров длительного хранения нет.



### БУДЬТЕ ВЕЖЛИВЫ

В сложившихся условиях эмоциональный стресс может привести к истощению организма и снижению иммунитета. Взаимная вежливость и уважение к себе и другим, определяют залог успеха в общей борьбе с коронавирусом.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОФИЛАКТИКЕ НОВОЙ  
КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

# COVID-19



Март 2020

Подготовлено Правительством  
Нижегородской области

