УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАОУ СОШ № 20

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.В.Гатапова

От «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_2020г

**ИНСТРУКЦИЯ**

**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 1,5 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.

6. Если почувствовали плохо себя в школе необходимо поставить в известность классного руководителя, администрацию.

7. При кашле и чихании прикрывайте рот и нос рукой или  салфеткой  - сразу же выбрасывайте использованную салфетку и вымойте руки;

8.Избегайте близкого контакта с людьми, у которых имеются признаки жара и кашель;

9.Если у вас температура/жар, кашель, затрудненное дыхание, обратитесь за медицинской помощью и сообщите об истории своих перемещений мед. работнику, классному руководителю, администрации;

Соблюдение инструкции по предупреждению инфицирования вирусом является залогом формирования здоровой и безопасной среды в школьном учреждении, ведь дети относятся к группе риска.

Рекомендации для родителей, в связи с распространением коронавирусной инфекции (COVID-19)

1. Поддерживайте привычный ритм жизни семьи, насколько это возможно, или создавайте новые семейные традиции (игры), особенно если дети должны оставаться дома. Обеспечьте вовлечение детей в соответствующие возрасту домашние мероприятия, включая мероприятия по их обучению.

2. Насколько это возможно, поощряйте детей продолжать общаться со своими сверстниками. При этом возможно обсуждать такие контакты, как регулярные телефонные или видео-вызовы, другие соответствующие возрасту коммуникации (например, социальные сети в зависимости от возраста ребенка) с ограничением времени.

3. Помогите детям найти открытые способы выражения таких чувств, как страх и печаль. У каждого ребенка есть свой способ выражения эмоций. Иногда участие в творческой деятельности, такой как игра или рисование, может облегчить этот процесс. Дети чувствуют облегчение, если они могут выразить и передать свои чувства в безопасной и благоприятной среде.

4. Во время стресса и кризиса дети обычно больше стремятся к общению с родителями. Обсудите COVID-19 с вашими детьми, используя возрастной подход. Если у ваших детей есть проблемы, то совместное решение этих проблем может облегчить их беспокойство. Дети будут наблюдать за поведением и эмоциями взрослых, чтобы получить подсказки о том, как управлять своими собственными эмоциями в трудный для них период.

5. Дети могут реагировать на стресс по-разному, например быть более цепкими, тревожными, замкнутыми, злыми или возбужденными. Реагируйте на реакцию вашего ребенка с пониманием, прислушивайтесь к тому, что его волнует, оделяйте его любовью и вниманием.

6. Объясните детям, что вирус не является фактором этнической или национальной принадлежности, чтобы не провоцировать неприязнь к сверстникам, взрослым людям иной национальности, а воспитывать чуткость и сострадание к беде тех, кто пострадал от вируса.

7. В простой доступной форме предоставьте детям факты о том, что произошло, объясните, что происходит сейчас, и дайте им четкую информацию о том, как снизить риск заражения этой болезнью, словами, которые они могут понять в зависимости от своего возраста.

8. Расскажите детям о путях передачи коронавируса:

Заразиться COVID-19 можно от других людей, если они инфицированы вирусом. Заболевание может передаваться от человека к человеку через мелкие капли, выделяемые из носа или рта больного COVID-19 при кашле или чихании. Эти капли попадают на окружающие человека предметы и поверхности. Другие люди могут заразиться в результате прикосновения сначала к таким предметам или поверхностям, а затем - к глазам, носу или рту. Кроме того, заражение может произойти при вдыхании мелких капель, которые выделяются при кашле или чихании человека с COVID-19. По этой причине важно держаться от больного человека на расстоянии более 1 метра.

9. Объясните, как избежать заражения:

(1) не контактировать с людьми, имеющими признаки простуды и ОРВИ (выделения из носа, кашель, чихание и др.);

(2) не посещать массовые мероприятия (кинотеатры, студии, секции, театры, цирки, филармонии, консерватории, пр.);

(3) как можно чаще мыть руки с мылом;

(4) по возможности, не трогать руками глаза, рот и нос;

(5) по возможности, не прикасаться к ручкам, перилам, другим предметам и поверхностям в общественных местах;

(6) избегать приветственных рукопожатий, поцелуев и объятий;

(7) вести здоровый образ жизни, вовремя ложиться спать и высыпаться, сбалансированно питаться и регулярно делать зарядку. Обратите внимание на то, что вам необходимо регулярно проветривать помещение и делать влажную уборку.

10. Превратите скучный рассказ о путях передачи коронавируса и способах профилактики в игру ("Да", "Нет", "Не знаю"), где дети могут двигаться, радоваться успешным ответам и возможности общения с вами.

11. Сведите к минимуму просмотр, чтение или прослушивание новостей, которые могут вызвать тревогу и волнение у ваших детей. Объясните им, что вы сами дадите им достоверную информацию, которую возьмете из надежных источников.

12.Если ваши дети посещают школу, то необходимо проверять ребенка здоров он или нет. Если ребенок плохо себя чувствует, то он должен оставаться дома.

**Для профилактики коронавирусной инфекции в рабочих коллективах работодателям рекомендуется:**

• разделить рабочие потоки и обеспечить разобщение коллектива – разместить сотрудников на разных этажах, в отдельных кабинетах, организовать работу в несколько смен;

• при входе работников в организацию (предприятие) — возможность обработки рук кожными антисептиками, предназначенными для этих целей (в том числе с помощью установленных дозаторов), или дезинфицирующими салфетками с установлением контроля за соблюдением этой гигиенической процедуры;

• контроль температуры тела работников при входе работников в организацию (предприятие), и в течение рабочего дня (по показаниям), с применением аппаратов для измерения температуры тела бесконтактным или контактным способом (электронные, инфракрасные термометры, переносные тепловизоры) с обязательным отстранением от нахождения на рабочем месте лиц с повышенной температурой тела и с признаками инфекционного заболевания;

• контроль вызова работником врача для оказания первичной медицинской помощи заболевшему на дому;

• контроль соблюдения самоизоляции работников на дому на установленный срок (14 дней) при возвращении их из стран, где зарегистрированы случаи новой коронавирусной инфекции (COVID-19);

• информирование работников о необходимости соблюдения правил личной и общественной гигиены: режима регулярного мытья рук с мылом или обработки кожными антисептиками — в течение всего рабочего дня, после каждого посещения туалета;

• качественную уборку помещений с применением дезинфицирующих средств вирулицидного действия, уделив особое внимание дезинфекции дверных ручек, выключателей, поручней, перил, контактных поверхностей (столов и стульев работников, оргтехники), мест общего пользования (комнаты приема пищи, отдыха, туалетных комнат, комнаты и оборудования для занятия спортом и т.п.), во всех помещениях — с кратностью обработки каждые 2 часа;

• наличие в организации не менее чем пятидневного запаса дезинфицирующих средств для уборки помещений и обработки рук сотрудников, средств индивидуальной защиты органов дыхания на случай выявления лиц с признаками инфекционного заболевания (маски, респираторы);

• регулярное (каждые 2 часа) проветривание рабочих помещений;

• применение в рабочих помещениях бактерицидных ламп, рециркуляторов воздуха с целью регулярного обеззараживания воздуха (по возможности).  
  
**Рекомендуется ограничить:**

• любые корпоративные мероприятия в коллективах, участие работников в иных массовых мероприятиях на период эпиднеблагополучия.

**При наличии столовой для питания работников:**

* обеспечить использование посуды однократного применения с последующим ее сбором, обеззараживанием и уничтожением в установленном порядке;
* при использовании посуды многократного применения — ее обработку желательно проводить на специализированных моечных машинах в соответствии с инструкцией по ее эксплуатации с применением режимов обработки, обеспечивающих дезинфекцию посуды и столовых приборов при температуре не ниже 65°С в течение 90 минут или ручным способом при той же температуре с применением дезинфицирующих средств в соответствии с требованиями санитарного законодательства.

