

## О правилах поведения школьников во время каникул в период распространения COVID-19

Уважаемые ребята!

Роспотребнадзор напоминает Вам о мерах профилактики COVID-19 во время каникул и рекомендует:

1. Больше проводить времени на свежем воздухе (парки, лесопарки). Там, где гуляет много людей, соблюдать социальную дистанцию, по возможности, носить маски.
2. При длительной прогулке периодически обрабатывать руки дезинфицирующими средствами, особенно, после того, как посидели на лавочке, попользовались тренажерами, покачались на качелях.
3. Отказаться от гуляний с большим количеством людей.
4. При контакте с друзьями избегать рукопожатий, объятий и целований в щеку.
5. Исключить посещения мест общественного пользования - общественного питания, торговли, образовательных и развлекательных центров, общественного транспорта и других.
6. Находясь за пределами квартиры, не прикасаться руками к лицу.
7. После возвращения домой обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом вымыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно неглубоко промыть нос.
8. Обработать антисептиком свой телефон.
9. Дома регулярно проветривать помещения, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств.
10. Чтобы укрепить защитные свойства организма и не допустить развития инфекции, больше двигаться, высыпаться, употреблять продукты с большим содержанием витаминов, макро- и микроэлементов,
11. Одеваться по погоде и не переохлаждаться.

Информационно-просветительский проект «СОШ.RU»

Источник: Управление Роспотребнадзора по Свердловской области

<http://www.66.rospotrebnadzor.ru/>

Согласовано:

Начальник Центрального Екатеринбургского  
отдела Управления Роспотребнадзора  
по Свердловской области

Е.П. Потапкина

Главный врач Центрального Екатеринбургского  
Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии  
в Свердловской области»

Е.В. Верник

Зам. начальника Центрального  
Екатеринбургского отдела  
Управления Роспотребнадзора  
по Свердловской области

Е.С. Гомонова

