



# ПРИНЦИПЫ ПРОФИЛАКТИКИ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ В УЧЕБНОМ ГОДУ 2020/2021 ПРИ ОЧНОМ РЕЖИМЕ ОБУЧЕНИЯ



**ЦЕНТР  
ГИГИЕНЫ  
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ**  
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН



## ДО ОТКРЫТИЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

НЕ ПОЗДНЕЕ ЧЕМ ЗА 1 РАБОЧИЙ ДЕНЬ УВЕДОМИТЬ УПРАВЛЕНИЕ РОСПОТРЕБНАДЗОРА ПО РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН О ПЛАНИРУЕМЫХ СРОКАХ ОТКРЫТИЯ ОРГАНИЗАЦИИ В УСЛОВИЯХ РАСПРОСТРАНЕНИЯ COVID-19

ПРОИНФОРМИРОВАТЬ РОДИТЕЛЕЙ О РЕЖИМЕ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ В УСЛОВИЯХ РАСПРОСТРАНЕНИЯ COVID-19

ПЕРЕСМОТРЕТЬ РАСПИСАНИЕ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ, ИЗМЕНИВ ВРЕМЯ НАЧАЛА ПЕРВОГО УРОКА ДЛЯ РАЗНЫХ КЛАССОВ И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПЕРЕМЕН С ЦЕЛЬЮ МИНИМИЗАЦИИ КОНТАКТОВ ОБУЧАЮЩИХСЯ

УСТАНОВИТЬ ПРИ ВХОДЕ В ЗДАНИЕ, В ПОМЕЩЕНИИ ДЛЯ ПРИЕМА ПИЩИ, САНИТАРНЫХ УЗЛАХ И ТУАЛЕТНЫХ КОМНАТАХ ДОЗАТОРЫ С АНТИСЕПТИЧЕСКИМ СРЕДСТВОМ ДЛЯ ОБРАБОТКИ РУК

ПРОВЕСТИ ГЕНЕРАЛЬНУЮ УБОРКУ ПОМЕЩЕНИЙ, ОЧИСТКУ ВЕНТИЛЯЦИОННЫХ РЕШЕТОК С ПРИМЕНЕНИЕМ МОЮЩИХ И ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИХ СРЕДСТВ

ЗАКРЕПИТЬ ЗА КАЖДЫМ КЛАССОМ ОТДЕЛЬНЫЙ УЧЕБНЫЙ КАБИНЕТ, В КОТОРОМ ДЕТИ ОБУЧАЮТСЯ ПО ВСЕМ ПРЕДМЕТАМ, ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ ЗАНЯТИЙ, ТРЕБУЮЩИХ СПЕЦИАЛЬНОГО ОБОРУДОВАНИЯ

ИСКЛЮЧИТЬ ОБЪЕДИНЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ ИЗ РАЗНЫХ КЛАССОВ В ОДНУ ГРУППУ ПРОДЛЕННОГО ДНЯ.



## УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС

ОРГАНИЗОВАТЬ ПЕДАГОГИЧЕСКУЮ РАБОТУ ПО ГИГИЕНИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ, В ТОМ ЧИСЛЕ ПО ПРАВИЛАМ СОБЛЮДЕНИЯ ПРАВИЛ ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ

ОБЕСПЕЧИТЬ «УТРЕННИЕ ФИЛЬТРЫ» С ТЕРМОМЕТРИЕЙ ПРИ ВХОДЕ В ЗДАНИЕ С ЗАНЕСЕНИЕМ РЕЗУЛЬТАТОВ В ЖУРНАЛ ЛИЦ С ТЕМПЕРАТУРОЙ ТЕЛА 37,1°C ВЫШЕ

ОБЕСПЕЧИТЬ ИЗОЛЯЦИЮ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРИЗНАКАМИ РЕСПИРАТОРНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, ДО ПРИХОДА РОДИТЕЛЕЙ ИЛИ ПРИЕЗДА БРИГАДЫ СКОРОЙ ПОМОЩИ ИСКЛЮЧИТЬ СКОПЛЕНИЕ ДЕТЕЙ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ «УТРЕННЕГО ФИЛЬТРА» И В ЗОНЕ РЕКРЕАЦИИ

ИСКЛЮЧИТЬ ОБЩЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ ИЗ РАЗНЫХ КЛАССОВ ВО ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН

ПРОВОДИТЬ ЕЖЕДНЕВНУЮ ВЛАЖНУЮ УБОРКУ ПОМЕЩЕНИЙ С ПРИМЕНЕНИЕМ МОЮЩИХ И ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИХ СРЕДСТВ С ОБРАБОТКОЙ ВСЕХ КОНТАКТНЫХ ПОВЕРХНОСТЕЙ И ПРОВЕТРИВАНИЕ ПОМЕЩЕНИЙ

ОБЕСПЕЧИТЬ ПОСТОЯННОЕ НАЛИЧИЕ МЫЛА, ТУАЛЕТНОЙ БУМАГИ И БУМАЖНЫХ ПОЛОТЕНЦ В САНИТАРНЫХ УЗЛАХ И ТУАЛЕТНЫХ КОМНАТАХ ДЛЯ ДЕТЕЙ И СОТРУДНИКОВ

ПРОВОДИТЬ ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ ТЕКУЩУЮ ДЕЗИНФЕКЦИЮ ПОМЕЩЕНИЙ; ПРОВОДИТЬ ГЕНЕРАЛЬНУЮ УБОРКУ НЕ РЕЖЕ ОДНОГО РАЗА В НЕДЕЛЮ; ОРГАНИЗОВАТЬ ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВОДЫ В ЕМКОСТЯХ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА, ОБЕСПЕЧИВ ДОСТАТОЧНОЕ КОЛИЧЕСТВО ОДНОРАЗОВОЙ ПОСУДЫ И ПРОВЕДЕНИЕ ОБРАБОТКИ КУЛЕРОВ И ДОЗАТОРОВ

ОРГАНИЗОВАТЬ ПРЕБЫВАНИЕ ДЕТЕЙ И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ

ОБЕСПЕЧИТЬ ПРОВЕТРИВАНИЕ РЕКРЕАЦИЙ И КОРИДОРОВ ПОМЕЩЕНИЙ ВО ВРЕМЯ УРОКОВ.



## ВО ВРЕМЯ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ

РЕГУЛЯРНОЕ ОБЕЗЗАРАЖИВАНИЕ ВОЗДУХА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОБОРУДОВАНИЯ ПО ОБЕЗЗАРАЖИВАНИЮ ВОЗДУХА И ПРОВЕТРИВАНИЕ ПОМЕЩЕНИЙ ВО ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН В СООТВЕТСТВИИ С ГРАФИКОМ УЧЕБНОГО, ТРЕНИРОВОЧНОГО, ИНЫХ ОРГАНИЗАЦИОННЫХ ПРОЦЕССОВ И РЕЖИМА РАБОТЫ

ПРОВОДИТЬ ВО ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН (ДИНАМИЧЕСКИХ ПАУЗ) ТЕКУЩУЮ ДЕЗИНФЕКЦИЮ ПОМЕЩЕНИЙ (ОБРАБОТКА РАБОЧИХ ПОВЕРХНОСТЕЙ, ПОЛА, ДВЕРНЫХ РУЧЕК)

ИСПОЛЬЗОВАТЬ ОТКРЫТУЮ СПОРТИВНУЮ ПЛОЩАДКУ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ, СОКРАТИВ КОЛИЧЕСТВО ЗАНЯТИЙ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

ПОСЕЩЕНИЕ БАССЕЙНОВ ДОПУСКАЕТСЯ ПО РАСПИСАНИЮ ОТДЕЛЬНЫМИ ГРУППАМИ ЛИЦ (КЛАСС И ИНЫЕ)

ОБЕСПЕЧИТЬ ПРОВЕДЕНИЕ ОБРАБОТКИ ПОМЕЩЕНИЙ И КОНТАКТНЫХ ПОВЕРХНОСТЕЙ С ПРИМЕНЕНИЕМ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИХ СРЕДСТВ И ОБЕЗЗАРАЖИВАНИЯ ВОЗДУХА В РАЗДЕВАЛКАХ ПОСЛЕ КАЖДОГО ПОСЕЩЕНИЯ БАССЕЙНА ОТДЕЛЬНОЙ ГРУППОЙ ЛИЦ.



## ПИЩЕБЛОК

ОРГАНИЗОВАТЬ РАБОТУ ПЕРСОНАЛА ПИЩЕБЛОКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ (МАСКИ И ПЕРЧАТКИ)

ОРГАНИЗАЦИЮ РАБОТЫ СОТРУДНИКОВ, УЧАСТВУЮЩИХ В ПРИГОТОВЛЕНИИ И РАЗДАЧЕ ПИЩИ, ОБСЛУЖИВАЮЩЕГО ПЕРСОНАЛА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СРЕДСТВ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ, А ТАКЖЕ ПЕРЧАТОК, ПРИ ЭТОМ СМЕНА ОДНОРАЗОВЫХ МАСОК ДОЛЖНА ПРОИЗВОДИТЬСЯ НЕ РЕЖЕ 1 РАЗА В 3 ЧАСА, ФИЛЬТРОВ - В СООТВЕТСТВИИ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ИХ ПРИМЕНЕНИЮ

ОБЕСПЕЧИТЬ ОБРАБОТКУ ОБЕДЕННЫХ СТОЛОВ ДО И ПОСЛЕ КАЖДОГО ПРИЕМА ПИЩИ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МОЮЩИХ И ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИХ СРЕДСТВ

СТОЛОВУЮ И ЧАЙНУЮ ПОСУДУ, СТОЛОВЫЕ ПРИБОРЫ ПОСЛЕ КАЖДОГО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ДЕЗИНФИЦИРОВАТЬ ПУТЕМ ПОГРУЖЕНИЯ В ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИЙ РАСТВОР С ПОСЛЕДУЮЩИМ МЫТЬЕМ И ВЫСУШИВАНИЕМ ЛИБО МЫТЬ В ПОСУДОМОЕЧНЫХ МАШИНАХ С СОБЛЮДЕНИЕМ ТЕМПЕРАТУРНОГО РЕЖИМА

МЫТЬЕ ПОСУДЫ И СТОЛОВЫХ ПРИБОРОВ В ПОСУДОМОЕЧНЫХ МАШИНАХ ПРИ МАКСИМАЛЬНЫХ ТЕМПЕРАТУРНЫХ РЕЖИМАХ. ПРИ ОТСУТСТВИИ ПОСУДОМОЕЧНОЙ МАШИНЫ МЫТЬЕ ПОСУДЫ ДОЛЖНО ОСУЩЕСТВЛЯТЬСЯ РУЧНЫМ СПОСОБОМ С ОБРАБОТКОЙ СТОЛОВОЙ

ПОСУДЫ И ПРИБОРОВ ДЕЗИНФИЦИРУЮЩИМИ СРЕДСТВАМИ В СООТВЕТСТВИИ С ИНСТРУКЦИЯМИ ПО ИХ ПРИМЕНЕНИЮ ЛИБО ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ И ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ОРГАНИЗОВАНЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОДНОРАЗОВОЙ ПОСУДЫ.





# КАК ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВАТЬ РАБОЧЕЕ МЕСТО ШКОЛЬНИКА

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ



ВИДЕОИНСТРУКЦИЯ  
ЗДЕСЬ



ЦЕНТР  
ГИГИЕНЫ  
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ  
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН



ДЛЯ РЕБЕНКА ПРАВИШИ **СТОЛ НЕОБХОДИМО РАСПОЛОЖИТЬ** СЛЕВА ОТ ОКНА, ДЛЯ РЕБЕНКА ЛЕВШИ - СПРАВА

ДАЖЕ ПРИ НАЛИЧИИ ХОРОШЕГО ОСВЕЩЕНИЯ КОМНАТЫ И ЕСТЕСТВЕННОГО ИСТОЧНИКА СВЕТА (ОКНА), НА СТОЛЕ **НЕОБХОДИМА НАСТОЛЬНАЯ ЛАМПА**

**ЛАМПУ** ДЛЯ РЕБЕНКА-ПРАВИШИ **НУЖНО ПОСТАВИТЬ НА СТОЛЕ** СЛЕВА, ДЛЯ РЕБЕНКА-ЛЕВШИ СПРАВА

**МОНИТОР** РАСПОЛАГАЮТ ПРЯМО ПЕРЕД **ГЛАЗАМИ** НА РАССТОЯНИИ 60-70 СМ

**КНИГИ** ЖЕЛАТЕЛЬНО СТАВИТЬ НА ПОДСТАВКУ НА РАССТОЯНИИ ВЫТЯНУТОЙ РУКИ ОТ ГЛАЗ (СНИМАЕТ НАГРУЗКУ НА ШЕЙНЫЙ ОТДЕЛ И ПРЕДОТВРАЩАЕТ РАЗВИТИЕ БЛИЗОРУКОСТИ)

**МЕБЕЛЬ** ДОЛЖНА **СООТВЕТСТВОВАТЬ РОСТУ РЕБЁНКА** (ПРИ РОСТЕ 1,15-1,30 М ВЫСОТА НАД ПОЛОМ ПЕРЕДНЕГО КРАЯ СТОЛЕШНИЦЫ 75 СМ, 1,30-1,45 М - 85 СМ И 1,45-1,60 М - 95 СМ, УГОЛ НАКЛОНА СТОЛЕШНИЦЫ СОСТАВЛЯЕТ 15-17°)

**ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ ПЕРЕУТОМЛЕНИЯ** ЧЕРЕЗ КАЖДЫЕ 30-45 МИНУТ ЗАНЯТИЙ НЕОБХОДИМО ПРОВОДИТЬ ФИЗКУЛЬТМИНУТКУ И ГИМНАСТИКУ ДЛЯ ГЛАЗ.





# ПАМЯТКА ДЛЯ ШКОЛЬНИКА

## ЧТОБЫ НЕ ЗАРАЗИТЬСЯ КОРОНАВИРУСОМ



**ЦЕНТР  
ГИГИЕНЫ  
И ЭПИДЕМИОЛОГИИ**  
В РЕСПУБЛИКЕ БАШКОРТОСТАН

### КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ



**МАСКА ДОЛЖНА ТЩАТЕЛЬНО ЗАКРЕПЛЯТЬСЯ, ПЛОТНО ЗАКРЫВАТЬ РОТ И НОС, НЕ ОСТАВЛЯЯ ПО БОКАМ ЗАЗОРОВ**



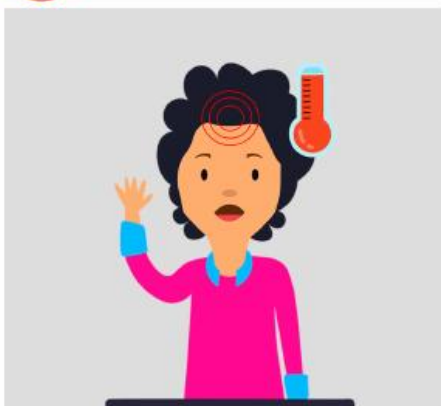
**СТАРАЙТЕСЬ НЕ КАСАТЬСЯ САМОЙ МАСКИ ПРИ ЕЕ СНЯТИИ, ЕСЛИ - КОСНУЛИСЬ, ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ ОБРАБОТАЙ ИХ АНТИСЕПТИЧЕСКИМ СРЕДСТВОМ**



**НОСИ МАСКУ НЕ БОЛЕЕ 3Х ЧАСОВ. ВЛАЖНУЮ МАСКУ СЛЕДУЕТ СМЕНИТЬ НА НОВУЮ, СУХУЮ. НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ВТОРИЧНО ОДНОРАЗОВУЮ МАСКУ. ИСПОЛЬЗОВАННУЮ ОДНОРАЗОВУЮ МАСКУ СЛЕДУЕТ НЕМЕДЛЕННО ВЫБРОСИТЬ.**



ШКОЛЬНИК



### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ЧУВСТВУЕШЬ СЕБЯ ПЛОХО?

ЕСЛИ ТЫ ПЕРЕСТАЛ ОЩУЩАТЬ ЗАПАХИ И ВКУС ПИЩИ, А ТАКЖЕ ПОЧУВСТВОВАЛ СЕБЯ ПЛОХО - ПОЯВИЛАСЬ СЛАБОСТЬ, ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ, ПОДНЯЛАСЬ ТЕМПЕРАТУРА, ПОЯВИЛСЯ КАШЕЛЬ ИЛИ ПЕРШЕНИЕ В ГОРЛЕ, ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, БОЛЬ В ГРУДИ, В ГОРЛЕ - НЕОБХОДИМО **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО СООБЩИТЬ УЧИТЕЛЮ**



### МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ

СОБЛЮДАЙ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ - ОТ ТЕБЯ ДО ТВОЕГО ТОВАРИЩА ДОЛЖНО БЫТЬ НЕ МЕНЕЕ 1 МЕТРА, ИЗБЕГАЙ СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ, В ТОМ ЧИСЛЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ ИЗ РАЗНЫХ КЛАССОВ ВО ВРЕМЯ ПЕРЕМЕН И ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ПРОГУЛОК, ИСКЛЮЧИ РУКОПОЖАТИЯ, ОБЪЯТИЯ, ПОЦЕЛУИ;

ПОКИДАТЬ КЛАССНУЮ КОМНАТУ РАЗРЕШАЕТСЯ ТОЛЬКО В УСТАНОВЛЕННОЕ ДЛЯ КАЖДОГО КЛАССА СОБСТВЕННОЕ ВРЕМЯ НАЧАЛА ПЕРЕМЕН;

НЕ ТРОГАЙ РУКАМИ ГЛАЗА, НОС ИЛИ РОТ;

СОБЛЮДАЙ РЕЖИМ ДНЯ: СПИ НОЧЬЮ НЕ МЕНЕЕ 7 ЧАСОВ, ПИТАЙСЯ ПОЛНОЦЕННО - МЯСОМ, ОВОЩАМИ И ФРУКТАМИ, КРУПАМИ, МОЛОЧНЫМИ И КИСЛОМОЛОЧНЫМИ ПРОДУКТАМИ, ЗАНИМАЙСЯ СПОРТОМ И ГУЛЯЙ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ.

### КАК ПРАВИЛЬНО МЫТЬ РУКИ?

#### НАМОЧИ РУКИ



#### НАМЫЛЬ ИХ



#### ВСПЕНЬ МЫЛО, ПОТЕРЕВ ЛАДОНИ ДРУГ О ДРУГА



#### ПОТРИ ЛАДОНИ И ТЫЛЬНУЮ СТОРОНУ РУК И МЕЖДУ ПАЛЬЦАМИ



#### ПОТРИ БОЛЬШИЕ ПАЛЬЦЫ



#### ПОТРИ КОНЧИКИ ПАЛЬЦЕВ О ВТОРУЮ ЛАДОНЬ



#### СМОЙ МЫЛО



**ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЫТРИ РУКИ (БУМАЖНЫМ ПОЛОТЕНЦЕМ, ИЛИ ЛИЧНЫМ ПОЛОТЕНЦЕМ, КОТОРОЕ ВЫ МЕНЯЕТЕ РАЗ В НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ) ЛИБО ИСПОЛЬЗУЙТЕ СУШИЛКУ**



**В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ТУАЛЕТОВ, СТОЛОВЫХ, КОРИДОРОВ ШКОЛЫ НЕОБХОДИМО ПОМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ ИЛИ ОБРАБОТАТЬ РУКИ АНТИСЕПТИКОМ**



**ВАЖНО, ЧТОБЫ РУКИ БЫЛИ СУХИМИ, ИНАЧЕ НА НИХ ОСЯДУТ ВИРУСЫ И БАКТЕРИИ**



**ЕСЛИ ТЫ ИСПОЛЬЗУЕШЬ БУМАЖНОЕ ПОЛОТЕНЦЕ, ЗАКРОЙ КРАН С ЕГО ПОМОЩЬЮ**

