

## Памятка для родителей и детей «Осторожно, коронавирус 2019-nCoV»



***1. Уважаемые родители!***  
***Пожалуйста, внимательно прочитайте эту памятку.***

Симптомы заболевания, вызванного  
новым **коронавирусом**:

- чувство усталости
- затрудненное дыхание
- высокая температура
- кашель и *(или)* боль в горле

Пути передачи **коронавируса**:

- через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает.
- через прикосновения к любой загрязненной поверхности, например дверной ручки.
- через прикосновения загрязненными руками рта, носа или глаз.

Как защитить себя от заражения **коронавирусом**?

- поддерживать чистоту рук и поверхностей.
- носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.
- избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку.
- на работе регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).
- аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите ее, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.
- не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять ее, вымойте руки.
- после того, как маска станет влажной или загрязненной, наденьте новую чистую и сухую маску.
- не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

## ***2. Расскажите детям о профилактике коронавируса.***

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



- объясните детям, как распространяются микробы, и почему важна хорошая гигиена рук и лица.
- напомните, что нельзя делиться зубными щетками и другими предметами личной гигиены.
- укажите, что нельзя есть еду (*орешки, чипсы, печенье и другие снеки*) из общих упаковок или посуды.

### **Кто в группе риска?**

**Люди всех возрастов рискуют заразиться вирусом!**