



# *Безопасные каникулы*

*24.10 – 1.11. 2020*

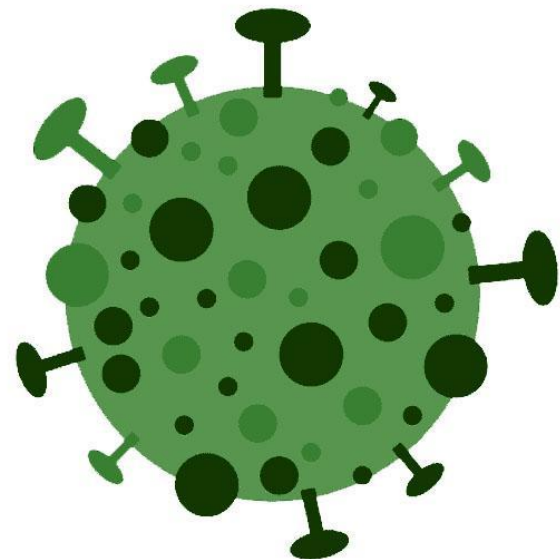


# Внимание!

- 1. В общественных местах будь вежливым и внимательным к детям и взрослым, соблюдай нормы морали и этики.
- 2. Будь внимательным и осторожным на проезжей части дороги, соблюдай правила дорожного движения.
- 3. При использовании велосипедов соблюдай правила дорожного движения. Кататься на велосипеде можно только во дворе, на спортивной площадке или в парке - только там ты будешь в безопасности.
- 4. При использовании роликовых коньков, скейтов помни, что проезжая часть не предназначена для их использования, катайся на специально отведённых местах.
- 5. Не играй в тёмных местах, на свалках, стройплощадках, пустырях и в заброшенных зданиях, рядом с железной дорогой и автомагистралью.
- 6. Всегда сообщай родителям, куда идёшь гулять.
- 7. Без сопровождения взрослых и разрешения родителей не ходи к водоёмам (рекам, озёрам, водохранилищам) и в лес, не уезжай в другой населённый пункт.
- 8. Находясь дома, будь внимательным при обращении с острыми, режущими, колющими предметами и электронагревательными приборами; не играй со спичками, зажигалками.
- 9. Находясь вблизи водоёмов, не входи в воду, не ходи по краю берега.
- 10. Не хвастайся материальным благополучием семьи перед новыми друзьями или знакомыми.
- 11. Не ищи новых приключений и ощущений, отдыхай безопасно.
- 12. Не разрешается пребывание на улице после 22.00 часов без сопровождения взрослых.

# **ПАМЯТКА по профилактике новой коронавирусной инфекции COVID–19**

- **Способы передачи коронавирусной инфекции**
- воздушно-капельным путём (при кашле, чихании, разговоре);
- воздушно-пылевым путём (с пылевыми частицами в воздухе);
- контактно-бытовым путём (через рукопожатия, предметы обихода);
- 
- **Основные симптомы коронавирусной инфекции**
- высокая температура тела;
- кашель (сухой или с небольшим количеством мокроты);
- одышка, ощущения сдавленности в грудной клетке;
- повышенная утомляемость;
- боль в мышцах, боль в горле;
- заложенность носа, чихание.
- 
- **Редкие симптомы**
- головная боль, озноб;
- кровохарканье;
- диарея, тошнота, рвота.



# Меры профилактики коронавирусной инфекции

- Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
- Закрывайте рот и нос при чихании и кашле. Используйте для этого платок или салфетку, а не собственную ладонь. После чихания / кашля обработайте руки дезинфицирующим средством либо помойте с мылом.
- Тщательно мойте руки с мылом и водой после возвращения с улицы, из туалета, контактов с посторонними людьми, перед едой.
- Постарайтесь не дотрагиваться до лица грязными руками. Если необходимо дотронуться до лица предварительно воспользуйтесь дезинфицирующим средством либо помойте руки с мылом.
- Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
- Не пожимайте руки и не обнимайтесь в качестве приветствия и прощания.
- Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка).
- Старайтесь соблюдать дистанцию и держитесь от людей на расстоянии как минимум 1.5 метра, особенно если у них кашель, насморк или другие признаки заболевания
- **Не посещайте общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий.**
- Старайтесь избегать передвигаться на общественном транспорте в час пик.
- Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2–3 часа.

# Рекомендации родителям по профилактике коронавирусной инфекции

- Для снижения риска инфицирования коронавирусом необходимо исключить, а, если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.
- При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.
- Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих. Придерживаться расстояния между людьми 1.5-2 м.
- Перед выходом из дома ребенку нужно объяснить, что нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.
- После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос.
- Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму



# COVID-19

## КОРОНАВИРУС –

это возбудитель ОРВИ, при котором отмечается выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной и пищеварительной системами.



## КАК НЕ ДОПУСТИТЬ!



Чаще  
мыть руки!



ОБРАБОТКА РУК  
АНТИСЕПТИКАМИ



Использовать  
медицинские  
маски!

✗  
НЕТ ВАКЦИНЫ!



## КАК ПЕРЕДАЁТСЯ!



Воздушно-капельным  
путем при чихании  
и кашле!



Контактным  
путем!

Инкубационный период  
составляет 2-14 дней!

## СИМПТОМЫ



ТЕМПЕРАТУРА

90%



КАШЕЛЬ

80%



БОЛЬ В ГРУДИ

50%



ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

8%



СЛАБОСТЬ

44%



БОЛЬ В ГОРЛЕ

2%



ДИАРЕЯ

2%



КРОВОКАРХАНИЕ

5%

**ПРИ ПОЯВЛЕНИИ СИМПТОМОВ -  
НЕМЕДЛЕННО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ!**

# Уважаемые родители!

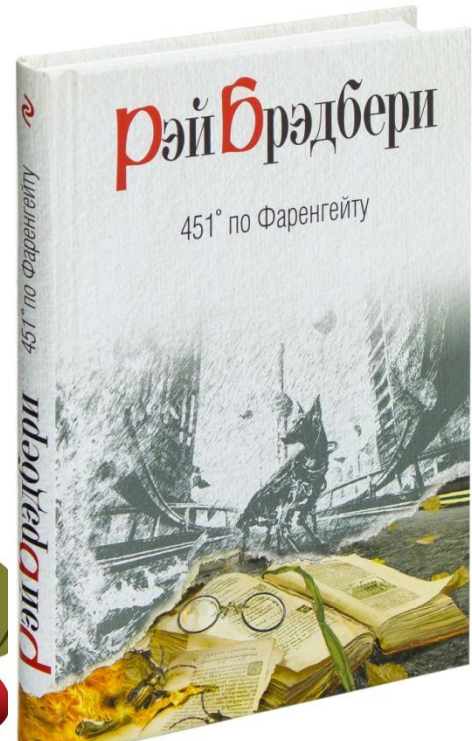
- С целью обеспечения сезонной профилактики ОРВИ и гриппа необходимо проводить следующие мероприятия:
- **Обеспечение соблюдения правил личной гигиены, в том числе:**
  - соблюдение режима дня (достаточный сон, прогулки на свежем воздухе, избегать физических и умственных перегрузок);
  - избегать как переохлаждений, так и перегревания детей, особенно младшего возраста;
  - регулярно и тщательно мыть руки с мылом;
  - использовать индивидуальные или одноразовые полотенца;
  - во время кашля и чихания прикрывать рот и нос одноразовыми платками
- **Проведение регулярного проветривания и влажной уборки помещения, в котором находится ребенок и квартиры в целом**
- **Проведение закаливающих мероприятий**
- **Проведение неспецифической профилактики простудных заболеваний** (с использованием препаратов арбидол, аскорбиновая кислота, анаферон, и др. (в соответствии с инструкцией по применению, при отсутствии противопоказаний))

## **ПРИ ПЕРВЫХ ПРИЗНАКАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ:**

- *Изолировать ребенка от других детей (членов семьи)*
- *Вызвать врача*
- *Исключить пребывание ребенка в организованном коллективе*
- **Грипп**, вызываемый постоянно изменяющимся вирусом, протекает как респираторное заболевание, передается от человека к человеку преимущественно воздушно-капельным путем, а также через руки, которыми мы прикрываем нос и рот вовремя чихания и кашля.



# Полезные каникулы!



Набережная

СК



# Д/з по истории:

Читать 4 документа на с.100 – 101.

Ответить на вопросы к текстам (вопросы после документов):

№1

№2

№5

к документам 2 и 3 следующие вопросы:

1) Как рассматриваются Лениным концессии?

2) Какие права имеет каждая из сторон?

3) Какие льготы получает концессионер?

! Ответы пишем разборчивым почерком, фотографируем (только горизонтально!) и присылаем в личку до субботы 31.10.

*Тот, кто посчитает, что его «загружают» будет выполнять это задание на уроке, после каникул!*

*Вопросы к документам озвучивать не буду!*



Берегите себя и близких!

