

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель ПК

_____ Махиянова Г.И.

«__» _____ 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Башкирская
гимназия №158 им. Мустая Карима»

_____ Ахмадеева Г.Г.

«__» _____ 2020 г.

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Башкирская гимназия №158 имени Мустая Карима»
городского округа город Уфа Республики Башкортостан.
ИНСТРУКЦИЯ № 98
по профилактике и рекомендациях ОРВИ, коронавируса**

Профилактические мероприятия и рекомендации:

- Поддерживайте чистоту всех поверхностей в доме и гимназии, регулярно проводите влажную уборку с применением дезинфицирующих средств и проветривание помещений после каждого урока;
- Следите за чистотой рук, для проведения гигиенических процедур используйте средства дезинфицирующего действия по приходу в гимназию, на переменах, перед приемом пищи, после посещения санузлов;
- Старайтесь не прикасаться руками к губам, глазам, слизистой оболочке носа. Делать это можно только после мытья рук, по возможности воздерживаться от прикасания к поручням на лестничных маршах;
- Желательно иметь при себе дезинфицирующее средство, антисептики и носить его всегда с собой. Это поможет организовать профилактику коронавируса, где бы вы ни находились;
- Прием пищи производится только в столовой общественного питания гимназии. Еда, принесенная из дома, должна приниматься только в столовой гимназии;
- Не употребляйте пищу из одной упаковки с другими людьми (орешки, чипсы, конфеты печенье). Отдавайте предпочтение снекам и продуктам в герметичной индивидуальной упаковке. Также нельзя пить напитки, воду в т.ч. бутилированную из одной бутылки либо индивидуального или разового стаканчика с другими людьми, при приеме пищи пользоваться общей посудой;
- **Очень важно соблюдать правила профилактики коронавируса** при посещении общественных мест. Особенно это касается мест скопления большого числа людей. К таким местам относятся спортзалы, актовый зал, столовая гимназии, а также аэропорты, вокзалы, общественный транспорт, спортивные арены. В таких местах лучше носить медицинскую маску или прикрывать рот и нос чистой салфеткой;
- Старайтесь не здороваться за руку, не обниматься и не целоваться при встрече с людьми. Эти нормальные меры профилактики коронавируса не должны восприниматься окружающими, как проявление пренебрежения;
- Внимательно относитесь к чистоте школьно письменных принадлежностей, поверхностей гаджетов и электроники — экран смартфона, пульты дистанционного управления, клавиатура и мышь компьютера и т.д.;
- Убедитесь, что каждый член семьи пользуется своим индивидуальным набором для гигиены – зубная щетка, полотенце, расческа, белье и т.д.;
- При ношении масок ограничить контакт вирусного возбудителя со слизистыми оболочками ротовой полости и носа, зазор между лицом и маской должен быть минимальным. Нельзя прикасаться к маске руками во время использования. После каждого использования, в течении 2-3 часов, важно менять медицинские маски. Повторное использование таких средств профилактики и передача их другим людям категорически запрещены;
- При первых признаках заболевания необходимо обратиться за медицинской помощью (тел. 03, 103, 113-01, 112).