



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ тематических «уроков здоровья» в образовательных организациях

(разработанные совместно Комитетом по образованию Псковской области, Комитетом по здравоохранению Псковской области и Управлением Роспотребнадзора по Псковской области)

соблюдайте социальную дистанцию		вместо рукопожатия и объятий – приветственная улыбка	
	ведите здоровый образ жизни – полноценный сон и физическая активность		дезинфицируйте гаджеты и поверхности, к которым прикасаетесь
избегайте контактов и пребывания с людьми, имеющими признаки ОРВИ		участвуйте в мероприятиях только на открытом воздухе (при наличии погодных условий)	
	не посещайте образовательную организацию при наличии признаков заболевания		только врач может поставить диагноз – при наличии признаков заболевания – вызывайте врача
носите маски в общественных местах		избегайте мест скопления людей в общественных местах	
	мойте руки с применением мыла		дезинфицируйте руки с использованием антисептических препаратов
самоконтроль (постоянная термометрия)		проветривайте помещения	
	прикрывайте рот и нос при кашле и чихании		избегайте контактов и пребывания с людьми, имеющими признаки ОРВИ