



# РАБОТА ДЕТСКИХ САДОВ В ПЕРИОД COVID-19



- ЕЖЕДНЕВНАЯ БЕСКОНТАКТНАЯ ТЕРМОМЕТРИЯ ПРИ ВХОДЕ В ЗДАНИЕ
- СОБЛЮДЕНИЕ СОЦИАЛЬНОГО ДИСТАНЦИРОВАНИЯ (1,5-2 МЕТРА)
- ИЗОЛЯЦИЯ ДЕТЕЙ С ПРИЗНАКАМИ ОРВИ ДО ПРИЕЗДА СКОРОЙ ПОМОЩИ
- УСТАНОВКА ДОЗАТОРОВ С АНТИСЕПТИКОМ ДЛЯ ОБРАБОТКИ РУК НА ВХОДЕ В УЧРЕЖДЕНИЕ И ТУАЛЕТЫ
- ПРИОРИТЕТНО: ПРЕБЫВАНИЕ ДЕТЕЙ И ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ НА ОТКРЫТОМ ВОЗДУХЕ
- РЕГУЛЯРНОЕ ПРОВЕТРИВАНИЕ ПОМЕЩЕНИЙ ПРИ ОТСУСТВИИ ВОСПИТАННИКОВ
- НАЛИЧИЕ МЫЛА, ТУАЛЕТНОЙ БУМАГИ В ТУАЛЕТНЫХ КОМНАТАХ
- РАБОТА СОТРУДНИКОВ ПИЩЕБЛОКА - В МАСКАХ И ПЕРЧАТКА



## РЕГУЛЯРНАЯ ДЕЗИНФЕКЦИЯ:

- ВСЕХ ПОМЕЩЕНИЙ И ПОВЕРХНОСТЕЙ
- ВОЗДУШНОЙ СРЕДЫ
- ПОСУДЫ
- КУЛЕРОВ И ИХ ДОЗАТОРОВ



## ИСКЛЮЧИТЬ:



- ФОРМИРОВАНИЕ ВЕЧЕРНИХ ДЕЖУРНЫХ ГРУПП
- ОБЩЕНИЕ ВОСПИТАННИКОВ РАЗНЫХ ГРУПП
- ПРОВЕДЕНИЕ МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

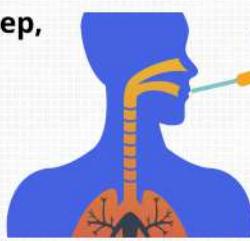


## Взгляд в лабораторию

### КАК ВЫПОЛНЯЕТСЯ ТЕСТ НА КОРОНАВИРУС?



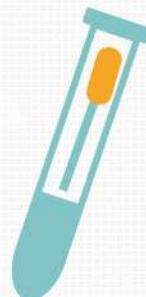
1 У заболевшего, например, кашель, повышенная температура, слабость. Ранее посещал зону заражения коронавирусом.



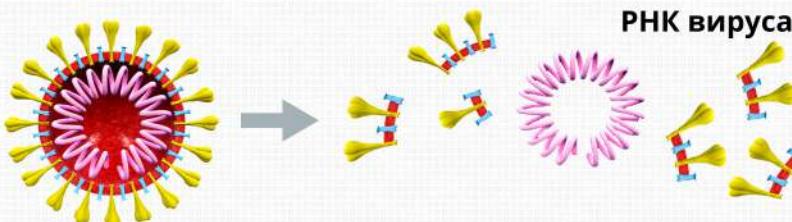
2 Врач берет для теста мазки из ротоглотки и при необходимости из носоглотки.



3 Ватная палочка в пробирке направляется в лабораторию.



4 Вирус является своего рода шаром. Для определения генетического материала первичной структуры молекул рибонуклеиновой кислоты (РНК) в лабораторных условиях необходимо удалить его внешнюю оболочку.



5 Для проведения теста РНК вируса должна быть преобразована.

Биоматериал  
пациента



Биоматериал  
пациента  
преобразован в  
последовательность  
ДНК



6 Фрагменты генетического биоматериала коронавируса, созданного в лаборатории, добавляются к преобразованной ДНК.

Полученный образец неоднократно нагревают и охлаждают.

ТЕСТ  
Образец

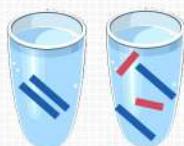


Если генетический материал коронавируса сможет прикрепиться к образцу...



... То цепочка ДНК удлиняется  
**Результат положительный**

Образец



Если генетический материал коронавируса не сможет прикрепиться к образцу...



То цепочка ДНК не удлиняется  
**Результат отрицательный**



7 Если тест положительный, делается подтверждающий тест

Лаборатория оповещает врача и департамент здравоохранения



# КАК СТИРАТЬ И ХРАНИТЬ МНОГОРАЗОВУЮ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ?

1 СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ЕЖЕДНЕВНО

2

ЕСЛИ ИСПОЛЬЗОВАЛИ МАСКУ БОЛЬШЕ 4 ЧАСОВ, ЕЁ НУЖНО ЗАМЕНЯТЬ

3

СТИРАЙТЕ МАСКУ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ НЕ МЕНЕЕ 60 °C В ТЕЧЕНИЕ КАК МИНИМУМ 30 МИНУТ ИЛИ ПРОКИПЯТИТЕ ЕЁ В СПЕЦИАЛЬНО ВЫДЕЛЕННОЙ ДЛЯ ЭТИХ ЦЕЛЕЙ ЕМКОСТИ НЕ МЕНЕЕ 10 МИНУТ

4 ПОСЛЕ ВЫСЫХАНИЯ ПРОГЛАДЬТЕ МАСКУ УТЮГОМ ПРИ МАКСИМАЛЬНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ

5

ХРАНИТЕ ЧИСТУЮ МАСКУ В ПАКЕТЕ С ЗАСТЕЖКОЙ-МОЛНИЕЙ

6

СТАРАЙТЕСЬ СНИМАТЬ МАСКУ КАК МОЖНО РЕЖЕ ПОСЛЕ НАДЕВАНИЯ

7 ЕСЛИ ВАМ НУЖНО НА КОРОТКОЕ ВРЕМЯ СНЯТЬ МАСКУ (НАПРИМЕР, ЧТОБЫ ПОПИТЬ), ПОЛОЖИТЕ ЕЁ В ЧИСТЫЙ ПАКЕТ

8

НЕ ХРАНИТЕ МАСКУ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ИЛИ МОРОЗИЛЬНИКЕ: НИЗКАЯ ТЕМПЕРАТУРА НЕ УБИВАЕТ ВИРУС, НО ПАТОГЕННЫЕ МИКРООРГАНИЗМЫ С ИСПОЛЬЗОВАННОЙ МАСКИ МОГУТ ЗАГРЯЗНИТЬ ПРОДУКТЫ ПИТАНИЯ

9

НЕ СТОИТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ МАСКИ ТЕМ, КТО НЕ МОЖЕТ ИХ НОСИТЬ ПРАВИЛЬНО:

- ДЕТИ ДО 12 ЛЕТ
- ЛЮДИ С ОСОБЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ, КОТОРЫЕ НЕ МОГУТ НОСИТЬ МАСКУ БЕЗ ПОМОЩИ ТРЕТЬИХ ЛИЦ

ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

1 СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ

2

НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ

3

РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Я ЗАЩИЩАЮ ТЕБЯ, ТЫ ЗАЩИЩАЕШЬ МЕНЯ

сайт госпотребнадзора

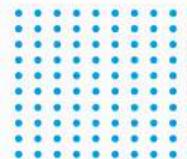




КАК СПРАВИТЬСЯ СО

# СТРЕССОМ

ИСПЫТЫВАТЬ СТРАХ, ТРЕВОГУ, ЗАМЕШАТЕЛЬСТВО, ИЛИ  
ДОСАДУ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ — ЭТО НОРМАЛЬНО



# COVID-19

## КАК ОБЛЕГЧИТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ДИСКОМФОРТ?

- ОБЩАЙТЕСЬ, ГОВОРИТЕ С ДРУЗЬЯМИ ИЛИ ЧЛЕНАМИ ВАШЕЙ СЕМЬИ, НЕ ЗАМЫКАЙТЕСЬ В СЕБЕ
- СЛЕДИТЕ ЗА НОВОСТЯМИ, НО НЕ УДЕЛЯЙТЕ ЭТОМУ ВСЕ СВОЕ ВРЕМЯ
- СОБЛЮДАЯ ОГРАНИЧЕНИЯ САМОИЗОЛЯЦИИ ПОМНите О ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ:
  - ПРАВИЛЬНО ПИТАЙТЕСЬ
  - СПИТЕ НЕ МЕНЕЕ 8 ЧАСОВ
  - БУДЬТЕ ФИЗИЧЕСКИ АКТИВНЫ
  - ОСТАВАЙТЕСЬ НА СВЯЗИ С РОДСТВЕННИКАМИ И ДРУЗЬЯМИ



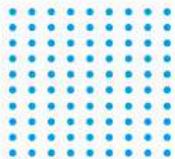
[covid.gosp.gov.ru/nadzor/gu](http://covid.gosp.gov.ru/nadzor/gu)

- НЕ КУРИТЕ И НЕ УПОТРЕБЛЯЙТЕ АЛКОГОЛЬ, ЧТОБЫ ОБЛЕГЧИТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ДИСКОМФОРТ, ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ОБРАТИТЕСЬ ЗА МЕДИЦИНСКОЙ ИЛИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ
- БУДЬТЕ ИНФОРМИРОВАНЫ, ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ОФИЦИАЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ, КОТОРАЯ ПОМОЖЕТ ВАМ ЛУЧШЕ ПОНЯТИМ РИСКИ И ПРИМЕНЯТЬ РАЗУМНЫЕ МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ
- ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ТОЛЬКО ПРОВЕРЕННЫМИ ИСТОЧНИКАМИ ИНФОРМАЦИИ, НЕ ДОВЕРЯЙТЕ И НЕ РАСПРОСТРАНЯЙТЕ СЛУХИ И ДРУГУЮ НЕДОСТОВЕРНУЮ ИНФОРМАЦИЮ



КАК УБЕДИТЬ БАБУШЕК И ДЕДУШЕК

# ОСТАТЬСЯ ДОМА



## COVID-19

- **ЗАПАСИСЬ ТЕРПЕНИЕМ**

ПРОГОВОРИТЬ ПРАВИЛА И ПРИЧИНЫ КАРАНТИНА,  
СЛЕДИТЬ ЗА НОВОСТЯМИ, ВЫСЛУШАТЬ И ОТВЕТИТЬ  
НА ВОПРОСЫ

- **ПОМОЧЬ СОСТАВИТЬ ПЛАН НА ДЕНЬ**

ПОЗВОНИТЬ УТРОМ, СПРОСИТЬ, ЧЕМ БУДУТ  
ЗАНИМАТЬСЯ СЕГОДНЯ, ПРЕДЛОЖИТЬ ИНТЕРЕСНЫЕ  
ЗАНЯТИЯ

- **ИНТЕРЕСОВАТЬСЯ ЗДОРОВЬЕМ**

СОСТАВИТЬ РАСПИСАНИЕ НАБЛЮДЕНИЙ ЗА  
ЗДОРОВЬЕМ, НАПРИМЕР, ИЗМЕРЕНИЕ ДАВЛЕНИЯ И  
ТЕМПЕРАТУРЫ ДВАЖДЫ В ДЕНЬ, ОЦЕНКА ОБЩЕГО  
САМОЧУВСТВИЯ

- **ОРГАНИЗОВАТЬ ДОСУГ**

ПОМОЧЬ ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ НА ЛЮБИМЫЕ  
ФИЛЬМЫ И СЕРИАЛЫ, ПРИВЕЗТИ НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ,  
ЛЮБИМЫЕ КНИГИ, ГАЗЕТЫ ИЛИ ЖУРНАЛЫ,  
СБОРНИКИ КРОССВОРДОВ И ЛОГИЧЕСКИХ ЗАДАЧ



- **УСТАНОВИТЬ КОНТАКТ С ИХ ДРУЗЬЯМИ И  
ЗНАКОМЫМИ НА САМОИЗОЛЯЦИИ**

НАУЧИТЬ РОДНЫХ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СОЦИАЛЬНЫМИ  
СЕТЯМИ, ПРОГРАММАМИ ДЛЯ ВИДЕОСВЯЗИ, ЧТО  
СОЗДАСТ ВПЕЧАТЛЕНИЕ ЖИВОГО ОБЩЕНИЯ

- **ПОМОЧЬ С ПОКУПКАМИ**

ПОПРОСИТЬ БАБУШЕК И ДЕДУШЕК САМОСТОЯТЕЛЬНО  
СОСТАВИТЬ СПИСОК НЕОБХОДИМЫХ ТОВАРОВ, В  
СООТВЕТСТВИИ С КОТОРЫМ НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ  
ПОКУПКИ, ДОБАВИТЬ В СПИСОК ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ  
ВКУСНОСТИ, ЧТОБЫ ПОРАДОВАТЬ СВОИХ БЛИЗКИХ

- **ПОДДЕРЖИВАТЬ**

ПОЧАЩЕ ЗВОНИТЬ И ИНТЕРЕСОВАТЬСЯ ПРОШЕДШИМ  
ДНЕМ, ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО НЕ НАРУШИЛИ КАРАНТИН  
И ПРОВЕЛИ НАСЫЩЕННЫЙ ДЕНЬ

- **ОБЕСПЕЧИТЬ БЕЗОПАСНОСТЬ**

СОСТАВИТЬ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕЛЕФОНОВ И СЛУЖБ, С КОТОРЫМИ  
МОЖНО СВЯЗАТЬСЯ В СЛУЧАЕ ЭКСТРЕННОЙ СИТУАЦИИ

# COVID-19

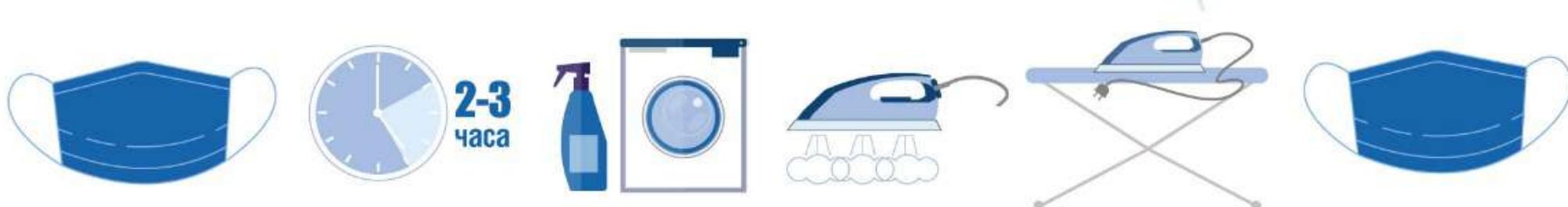
## МАСКИ – ЭТО СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ БАРЬЕРНОГО ТИПА

РОСПОТРЕБНАДЗОР  
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

Медицинскую одноразовую маску после однократного использования можно выбросить как обычный бытовой мусор



Многоразовая маска не является медицинским изделием, ее можно использовать повторно только после специальной обработки



**ВАЖНО!** Маски эффективны только в сочетании с другими методами профилактики  
(избегание контактов, частое мытье рук, дезинфекция предметов),  
и потребность в их использовании различна у разных групп людей и в разных ситуациях



# МНОГОРАЗОВАЯ ЗАЩИТНАЯ МАСКА КОГДА И ЗАЧЕМ НОСИТЬ?

## КОГДА НУЖНО ОБЯЗАТЕЛЬНО НОСИТЬ ЗАЩИТНУЮ МАСКУ?

- ЕСЛИ ВЫ ВПЕРВЫЕ КОНТАКТИРУЕТЕ С ЧЕЛОВЕКОМ ИЛИ ГРУППОЙ ЛЮДЕЙ
- В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ, МАГАЗИНАХ, ДРУГИХ ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ, ОСОБЕННО ПРИ БОЛЬШОМ СКОПЛЕНИИ ЛЮДЕЙ
- ПРИ ПОСЕЩЕНИИ ЛЮДЕЙ ИЗ ГРУПП РИСКА (ВОЗРАСТ 65+, НАЛИЧИЕ ХРОНИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И Т.Д.), ЕСЛИ ВЫ САМИ  
ОТНОСИТЕСЬ К ГРУППЕ РИСКА
- ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО ЗАБОЛЕВАЕТЕ

НАДЕНЬТЕ МАСКУ, ЧТОБЫ СНИЗИТЬ РИСК РАСПРОСТРАНЕНИЯ ВОЗМОЖНОЙ ИНФЕКЦИИ И ЗАРАЖЕНИЯ ОКРУЖАЮЩИХ ВАС ЛЮДЕЙ

## КАК ПРАВИЛЬНО НАДЕВАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД ТЕМ, КАК НАДЕВАТЬ МАСКУ, ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ЧТОБЫ НАДЕТЬ МАСКУ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЛЕНТЫ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИЕ ПЕТЛИ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К САМОЙ МАСКЕ, ОСОБЕННО К ЕЁ ВНУТРЕННЕЙ ПОВЕРХНОСТИ, КОТОРАЯ НЕПОСРЕДСТВЕННО  
ПРИЛЕГАЕТ К ВАШЕМУ ЛИЦУ
- НАДЕВ МАСКУ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ОНА МАКСИМАЛЬНО ПЛОТНО ПРИЛЕГАЕТ К ЛИЦУ, ЗАКРЫВАЕТ НОС И РОТ

## КАК ПРАВИЛЬНО СНИМАТЬ МАСКУ?

- ПЕРЕД СНЯТИЕМ МАСКИ ТЩАТЕЛЬНО ВЫМОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ КОНЦЫ ЛЕНТ/ЗАКРЕПЛЯЮЩИХ ПЕТЕЛЬ, ЧТОБЫ СНЯТЬ МАСКУ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ВНУТРЕННЕЙ ЧАСТИ МАСКИ
- ЕЖЕДНЕВНО СТИРАЙТЕ МНОГОРАЗОВУЮ МАСКУ ПОСЛЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ

## ПРИ НОШЕНИИ ЗАЩИТНОЙ МАСКИ ПОМНИТЕ О ДРУГИХ ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ:

- СОБЛЮДАЙТЕ ДИСТАНЦИЮ НЕ МЕНЕЕ 1,5 МЕТРОВ
- НЕ ПРИКАСАЙТЕСЬ К ЛИЦУ И ГЛАЗАМ
- РЕГУЛЯРНО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ



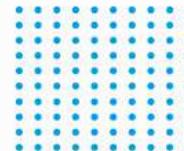


ЧЕК - ЛИСТ

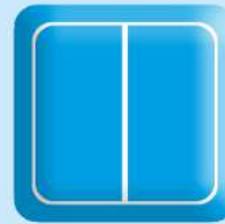
# ЧИСТОТЫ

ТО, К ЧЕМУ МЫ ПРИКАСАЕМСЯ ЧАЩЕ ВСЕГО ДОЛЖНО БЫТЬ ЧИСТЫМ

# COVID-19



РУЧКИ ДВЕРЕЙ И  
ШКАФОВ



НАСТЕННЫЕ  
ВЫКЛЮЧАТЕЛИ



КНОПКИ БЫТОВЫХ  
ПРИБОРОВ



ПОВЕРХНОСТИ  
СТОЛЕШНИЦ, ПОЛОК



ПАНЕЛИ БЫТОВОЙ  
ТЕХНИКИ



РАКОВИНЫ И  
СМЕСИТЕЛИ



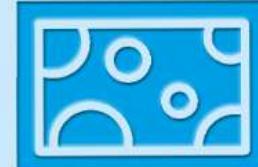
ПУЛЬТЫ



КЛАВИАТУРА  
ОРГТЕХНИКИ И МЫШКА



КЛЮЧИ



ПРИДВЕРНЫЙ КОВРИК

ОЧИЩАЙТЕ ПРИ КАЖДОЙ УБОРКЕ!

[espol.goszdravnadzor.ru](http://espol.goszdravnadzor.ru)

# COVID-19

## ОСНОВНЫЕ РАЗЛИЧИЯ МЕЖДУ СИМПТОМАМИ КОРОНАВИРУСА COVID-19, ПРОСТУДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ И ГРИППА

РОСПОТРЕБНАДЗОР  
ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

### СИМПТОМЫ

### КОРОНАВИРУС

### ПРОСТУДНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

### ГРИПП

Повышенная температура	часто	редко	часто
Усталость	иногда	иногда	часто
Кашель	часто (сухой)	незначительный	часто (сухой)
Чихание	нет	часто	нет
Боль в суставах	иногда	часто	часто
Насморк	редко	часто	иногда
Боль в горле	иногда	часто	иногда
Диарея	редко	нет	иногда (у детей)
Головная боль	иногда	редко	часто
Одышка	иногда	нет	нет

# СКОЛЬКО ЖИВЕТ КОРОНАВИРУС В ВНЕШНЕЙ СРЕДЕ ?



МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ И ВОДОЙ ИЛИ ОБРАБАТЫВАЙТЕ САНИТАЙЗЕРОМ (С СОДЕРЖАНИЕМ СПИРТА НЕ МЕНЕЕ 60%)  
ПОСЛЕ ПРИКОСНОВЕНИЯ К ПОТЕНЦИАЛЬНО - ОПАСНЫМ ПОВЕРХНОСТЯМ И ПРЕДМЕТАМ !