**Правила поведения в условиях пандемии коронавируса**

(рекомендованы Роспотребнадзором, письмо от 10.03.2020 № 02/3853-2020-27).

**1.Соблюдайте личную гигиену:**  
- мойте как можно чаще и тщательней руки (не менее 20 с.), в том числе с применением антисептических средств;  
- реже касайтесь лица;  
- регулярно проветривайте помещения;  
- регулярно обрабатывайте свой телефон (мощный источник инфекции) антисептическими средствами, особенно там, где корпус гаджета соприкасается с лицом. Если есть чехол - то его при обработке нужно снимать и обрабатывать отдельно (а лучше вообще обходиться без него).

**2.Соблюдайте общественную гигиену:**  
- как можно реже выходите в публичные места, избегайте контактов с больными людьми, соблюдайте дистанцию с другими людьми – не менее 1 метра, избегайте поцелуев и рукопожатий, не ешьте еду из общей посуды или упаковки;  
- при обнаружении у себя простудного заболевания – немедленно обратитесь к врачу, вызвав его на дом, и строго выполняйте все его рекомендации, не допускайте самолечения, дистанционно сообщите о своем заболевании по месту работы и/или учебы;  
- О контакте с заболевшим человеком – дистанционно сообщите об этом по месту работы и/или учебы и организуйте самокарантин не менее чем на две недели.  
Помните, что соблюдение общественной гигиены каждым – залог безопасности всех!

**3.Регулярно контролируйте температуру тела и свое самочувствие.**При выявлении повышенной температуры тела и/или появлении первых признаков острой респираторной инфекции, простуды, гриппа – не допускайте самолечения, немедленно обратитесь к врачу, вызвав его на дом, и строго выполняйте все его рекомендации, дистанционно сообщите о своем состоянии по месту работы и/или учебы;

**4.Если вы чувствуете признаки простудного заболевания или контактировали с заболевшим человеком – ни в коем случае не выходите на работу или на занятия в образовательной организации!** Немедленно обратитесь к врачу, вызвав его на дом, и строго выполняйте все его рекомендации, дистанционно сообщите о своем состоянии по месту работы и/или учебы.