



АДМИНИСТРАЦИЯ ОБЛАСТИ
УПРАВЛЕНИЕ
ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ул. Советская, 108, г. Тамбов, 392000

Тел. 72-37-38, факс 72-30-04

E-mail: post@obraz.tambov.gov.ru

ОГРН 1066829047064

ИНН 6829021123, КПП 682901001

17.03.2020 № 06-10/490

На № _____ от _____

Руководителям
органов местного самоуправления,
осуществляющих управление в сфере
образования

Руководителям
подведомственных образовательных
организаций

О направлении информационной памятки

Уважаемые коллеги!

Управление образования и науки области на основании письма начальника управления труда и занятости населения Тамбовской области М.С. Филимонова от 12.03.2020 № 10-22/720 направляет информацию памятку «Шаги по профилактике коронавирусной инфекции».

Просим довести данную информацию до заинтересованных лиц.

Приложение: на 1 л. в 1 экз.

Первый заместитель начальника
управления

Н.В. Мордовкина

Гречишникова А.С.,
792352

Шаги по профилактике коронавирусной инфекции:

Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

- высокая температура тела
- головная боль
- слабость
- кашель
- затрудненное дыхание
- боли в мышцах
- тошнота
- рвота
- диарея

7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции.

1. **Воздержитесь** от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;
2. **Используйте** одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
3. **Избегайте** близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
4. **Мойте** руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
5. **Дезинфицируйте** гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
6. **Ограничьте** по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
7. **Пользуйтесь** только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

5 правил при подозрении на коронавирусную инфекцию:

1. **Оставайтесь** дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.
2. **Минимизируйте** контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.
3. **Пользуйтесь** при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.
4. **Пользуйтесь** индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.

5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.