Памятка для родителей!

Уважаемые родители!

В период с 05.04.2020г. по 12.04.2020года школьники будут оставаться дома.

В эти дни у наших детей появится много свободного времени, поэтому будет не лишним напомнить о правилах безопасности и возможных мерах предупреждения чрезвычайных ситуаций:

1 Определите режим и свободное время ребенка, воспользуйтесь рекомендациями классного руководителя.

2 Контролируйте дистанционно нахождение ребенка в течение дня.

3 Запретите посещение мест массового нахождения граждан.

4 Напомните о правилах дорожного движения, научите быть предельно внимательными на дороге, в транспорте, вблизи водоемов.

5 Поговорите с детьми о необходимости соблюдения правил пожарной безопасности и обращения с электроприборами.

6 Не разрешайте на улице разговаривать с незнакомыми людьми.

7 Предупредите о необходимости соблюдения мер безопасности при обращении с острыми, колющими и режущими предметами, легковоспламеняющимися и взрывоопасными веществам.

8 Установите нормы пользования гаджетами:

продолжительность непрерывного занятия за компьютером для детей в возрасте с 7 – 12 лет составляет 20 минут, а старше – не более 30 минут.

Также необходимо соблюдать профилактические меры с целью защиты от коронавирусной инфекции:

1 Исключите контакты с людьми, имеющими признаки ОРВИ.

2 По возможности избегайте мест массового пребывания людей.

3 Как можно чаще мойте руки с мылом или обрабатывайте их специальными дезинфицирующими средствами. 4 Старайтесь не прикасаться руками к лицу.

5 Максимально избегайте соприкосновения с различными поверхностями в общественных местах.

6 Ограничьте приветственные рукопожатия.

7 Надевайте одноразовую медицинскую маску в местах большого скопления людей.

8 Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь, и проводите в нем влажную уборку.

9 Ведите здоровый образ жизни: высыпайтесь, правильно питайтесь, не забывайте о регулярных физических нагрузках.

Будьте внимательны и здоровы!