приложение

к письму Роспотребнадзора

от « *2.J* » 2020 г.

Рекомендации для населения

по профилактике новой коронавирусной **(COV1D-19) инфекпии**

в период **майских** праздников

В те:кущем году период майских праздников совпадает с продолжшощимся режимом ряда ограничений в связи с распространением новой коронавирусной инфекции (СОУШ ~ 19).

1. ГражданзаМ необходимо продолжить соблюдение режима самоизоляции и воздержаться от встреч с близкими и знакомььми людьми, поездок в другой регион страны, от посещений мест массового скопления людей.

Не подвергать опасности родных и знакомых из групп риска {лица в возрасте старше 65 лет, лица с хроническими соматическими заболеваниями), для общения и поздравления с праздниками целесообразно использовать современные дистанционные средства связи.

2. При выходе из дома пользоваться масками для зашиты органов дыхания и перчатками, в домах продолжать проведение уборок с применением дезинфицирующих средств. В магазинах обязательно использовать маски и перчатки, соблюдать дистанцию (1,5-2 м), отдавать предпочтение доставкам продуктов на дом.

3. Если возникла необходимость выполнить ряд физических упражнений на открытом воздухе, следует выбирать открытые для посещений парки и скверы и время, чтобы обеспечить дистанцию с людьми более 5 м.

4. По возможности следует воздержаться от любых поездок.

5. Если поездку отложить не удается, необходимо придерживаться следующих правил:

- не расширять круг общения, находиться с теми, с кем контактировали (находились в одной квартире на самошолядии);

- гражданам пожилого возраста (старше *65* лет) и лицам, имеющим хронические заболевания лучше остаться дома;

- уточнить адреса и телефоны медицинских организаций в месте планируемого пребывания, запастись масками, перчатками, дезинфектантами и кожными антисептиками;

- в пути следования отдать предпочтение личному транспорту или такси (чтобы минимизировать контаггы с посторонними);

- при пользовании общественным транспортом обязательно

маск>^ для зашиты органов дькания, соблюдать социальн>'ю листании?; \* .5 М“2 метра), после касания общедоступных поверхностей (лверн. хЮр, -:.-. обработать руки кожным антисептиком, не дотрагйвап>;я нес^ззараженнымг! руками до лица, не принимать пищ\ в обществекнс:; транспорте;

- по приоь;т1’;ю на место (дача) провести генеральную уборкс’ помещений с дезинфектантами, избегать контактов/общения с соседями по дачному *участку* и компаниями на отдыхе на природе, соблюдать социальное дистанцирование (1,5 м - 2 м);

- если не исключен контакт с другими людьми (отдых на природе, в парке, на даче) использовать маск>^ для защиты органов дыхания обязательно;

- после поездки в общественном транспорте тщательно мыть руки с мылом;

- перед приготовлением и приемом пищи вымыть руки под проточной или бутилированной водоц, обработать рушн кожным антисептиком, использовать только одноразовую посуду, овощи и фрукты мыть проточной, бутилированной или кипяченой водой, не использовать воду из ручьев и каптажей;

- весь период пребывания на дачном участке обеспечить проведение уборки жилых помещений с дезинфектантами, обработку столовой посуды и кухонного инвентаря, пользоваться антисептиками для рук, в магазины выходить только при необходимости, используя маску для защиты органов дыхания и перчатки, при возвращении в дом мыть руки и обрабатывать их кожным антисептиком.

4. При появлении симптомов инфекционного заболевания (повышение те.мпературы тела, респираторные признаки, одышка или явления расстройства кишечника) необходимо немедленно обратится за медицинской помощью.

5. Помнить о том, что находясь в природных стациях, необходимо принимать меры профилактики по снижению рисков нападения клещей: не .ходить по нескошенной траве, одевать закрыту ю одежду и обувь с высоки.м голенищем, использовать репелленты, регулярно проводить само- и взаимоосмотры.