

Уважаемые родители и законные представители, в связи с неблагоприятной эпидемической обстановкой в г. Тюмени и Тюменской области, просим вас соблюдать меры личной безопасности:

	<p>- ограничить посещение общественных мест (поликлиники, магазины, торговые центры, автобусы, электрички, маршрутные такси, поезда, театры, музеи и пр);</p>
	<p>- ограничить посещение родственников, знакомых и друзей; Общайтесь по телефону или в социальных сетях</p>
	<p>- использовать средства СИЗ (резиновые перчатки и медицинские маски), закрывать дыхательные пути (нос и рот) во время посещения общественных мест, используйте антисептики содержащие этиловый спирт 70% или изопропиловый спирт 65 %;</p>
	<p>- в общественных местах не трогать руками свой нос и рот, лицо;</p>
	<p>- после посещения общественных мест вымыть руки с мылом, промыть нос и прополоскать рот водой, использованные средства СИЗ утилизировать в целлофановый мешочек и затем в мусорное ведро;</p>
	<p>- не бери детей с собой, в магазин и другие общественные места</p>
	<p>- при кашле или чихании соблюдайте респираторный этикет. Прикрывайте нос и рот локтевым сгибом руки</p>
	<p>- при использовании многоразовых средств СИЗ, обязательно подвергать их дезинфекции и стирке. Маски – после стирки, прогладить горячим утюгом с 2х сторон;</p>
	<p>- при наличии у вас насморка или других симптомов ОРВИ, или плохого самочувствия - вызовите врача домой; не посещайте поликлинику</p>
	<p>- ежедневно 2 раза в день измерять температуру тела (ртутный термометр - время измерения – 10 минут). При наличии температуры 37,2 С<sup>0</sup> или выше – вызвать врача домой.</p>
	<p>- при контакте с заболевшим ОРВИ, внебольничной пневмонией или новой коронавирусной инфекцией covid-19 - использовать средства СИЗ, проводить проветривание помещения и влажную уборку с дезинфицирующими средствами не менее 2 раз в день (желательно каждые 2 часа)</p>

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И ОКРУЖАЮЩИХ ВАС ЛЮДЕЙ! ТОЛЬКО ТАК МЫ СМОЖЕМ ВЕРНУТЬСЯ К ПРЕЖНЕМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ!**