****

**Памятка**

**для родителей и педагогического персонала общеобразовательных учреждений**

**«В период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ»**

**В период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ руководство школы должно обеспечить:**

**1. Регулярное информирование родителей о мерах профилактики гриппа и ОРВИ у детей, информирование детей о правилах гигиены рук, в том числе посредством бесед, размещением наглядных материалов на информационных стендах и сайте школы, размещением информации в родительских чатах.**

**2. Обеспечить контроль за проведением противоэпидемических мероприятий в школе:**

* **Работа «утренних фильтров» и оперативная изоляция выявленных детей с признаками ОРВИ**
* **Наличие информационных материалов для сотрудников, родителей, детей по профилактике гриппа и ОРВИ,**
* **Правилам мытья рук;**
* **Соблюдение режимов проветривания и уборки помещений,**
* **Наличие в санузлах дозаторов с моющими и дезинфицирующими средствами, электрополотенец,**
* **Контроль за состоянием здоровья сотрудников,**
* **Обеспеченностью сотрудников средствами индивидуальной защиты органов дыхания (медицинскими масками) с учетом кратности их замены,**
* **Соблюдением оптимального температурного режима в помещениях школы.**

**3. Принять меры по недопущению к работе и к занятиям лиц, больных ОРВИ.**

**4. На период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ клининговые сотрудники, а также сотрудники пищеблока, медицинский работник школы, сотрудники охраны должны работать в медицинских масках.**

**5. Педагогический персонал должен надевать медицинские маски при общении с родителями и ребенком с признаками ОРВИ при его выявлении в классе и при сопровождении в изолятор.**

**6. На период подъема заболеваемости гриппом и ОРВИ при возможности перевести учебный процесс на кабинетную систему, исключив перемещение детей по классам и этажам.**

**7. Отменить мероприятия, во время которых учащиеся из нескольких классов или школ находятся вместе в больших группах в тесном контакте (спортивные мероприятия, дискотеки, спектакли, слеты и другие массовые события).**

**8. Не использовать общественный транспорт для перемещения учащихся.**

**9. При выявлении в классе ребенка с признаками ОРВИ ребенок направляется в изолятор, классная комната на перемене проветривается, парта, за которой сидел ребенок, и соседние парты, дверная ручка, рукомойник обрабатываются дезинфицирующим средством.**

**10. Обработка изолятора проводится по убытии заболевшего ребенка (детей).**

**11. Принять меры по недопущению переохлаждения детей в период прогулки группы продленного дня, обеспечить возможность просушки верхней одежды и обуви детей.**

**- При росте заболеваемости гриппом дети и персонал, подверженные высокой степени риска возникновения осложнений гриппа (не привитые против гриппа), должны оставаться дома, пока уровень передачи гриппа высок.**

**12. В период подъема заболеваемости гриппом и ОРЗ родителям детей школьного и дошкольного возраста рекомендовать следующее.**

* **Принимать меры по повышению сопротивляемости организма ребенка к ОРВИ, соблюдать принцип здорового образа жизни, что включает в себя:**
* **здоровое оптимальное питание - питание (включая потребление достаточного количества питьевой воды хорошего качества), которое обеспечивает рост, нормальное развитие ребенка, способствует укреплению его здоровья;**
* **достаточная физическая активность соответственно возрасту ребенка;**
* **закаливание - система процедур, способствующих повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, выработке условно-рефлексных реакций терморегуляции с целью ее совершенствования. При закаливании вырабатывается устойчивость организма ребенка к охлаждению и тем самым так называемым простудным заболеваниям.**
* **Родителям рекомендуется регулярно проводить влажную уборку и часто проветривать помещение, где проживает ребенок, а также необходимо обеззараживать воздух с помощью разрешенного для этой цели оборудования.**
* **Ежедневно гулять с ребенком на свежем воздухе; пешие прогулки позволяют повысить устойчивость организма к простудным заболеваниям.**
* **Организовать рациональный режим питания, труда и отдыха ребенка соответственно его возрасту.**
* **Следить за гигиеной ребенка, тщательно мыть руки с мылом после посещения общественных мест, по возвращении домой, после посещения санитарных комнат и перед приемом пищи.**
* **Обучить ребенка правилам «респираторного этикета» (здоровым не касаться руками носа, рта и глаз, а больным не посещать общественные места без медицинских масок, кашлять и чихать в носовые платки, желательно одноразовые, или при их отсутствии - в сгиб локтя).**

**При росте заболеваемости гриппом и ОРВИ руководство школы в целях прерывания циркуляции респираторных вирусов среди учащихся и недопущения формирования массовых очагов гриппа и ОРВИ в школах должно обеспечить своевременное введение ограничительных мероприятий, в том числе приостановление учебного процесса в школах, отмену массовых культурных и спортивных мероприятий.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Города и районы** | **Адрес, телефон, почта** |
| **Уфа** | **Уфа, Шафиева, 7 +7 (347) 287-85-00 fguz@02.rospotrebnadzor.ru** |
| **Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Туймазы, Белебей** | **Туймазы, Л. Морозова, 1, офис 1 +7 (34712) 7-25-96** [**z02@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z02@02.rospotrebnadzor.ru)  **Белебей, Волгоградская, 4/1 +7 (34716) 4-24-67, +7 (34716) 4-24-56** [**z03@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z03@02.rospotrebnadzor.ru) |
| **Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Бирск, Нефтекамск, Дуванском районе** | **Бирск, Калинина, д. 18 +7 (34714) 3-35-98** [**z05@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z05@02.rospotrebnadzor.ru)  **Нефтекамск, Социалистическая, 10 +7 (34713) 4-26-69** [**z06@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z06@02.rospotrebnadzor.ru)  **с. Месягутово, Больничная, д. 4**  **+7 (34798) 3-35-93**  [**z04@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z04@02.rospotrebnadzor.ru) |
| **Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городе Стерлитамак** | **Стерлитамак, Революционная, 2А +7 (3473) 43-68-00** [**z07@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z07@02.rospotrebnadzor.ru) |
| **Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городах Кумертау, Сибай** | **Кумертау, Гафури, 29 +7 (34761) 4-38-85** [**z09@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z09@02.rospotrebnadzor.ru)  **Сибай, Кирова, 44 +7 (34775) 2-29-73, +7 (34775) 2-38-35** [**z11@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z11@02.rospotrebnadzor.ru) |
| **Филиал Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан» в городе Белорецк** | **Белорецк, Пушкина, 61/1 +7 (34792) 3-18-79** [**z10@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:z10@02.rospotrebnadzor.ru) |
| **Уфимский филиал по железнодорожному транспорту Федерального бюджетного учреждения здравоохранения «Центр гигиены и эпидемиологии в Республике Башкортостан»** | **Уфа, Карла Маркса, 69 +7 (347) 276-10-82** [**Z\_gdt@02.rospotrebnadzor.ru**](mailto:Z_gdt@02.rospotrebnadzor.ru) |