

**ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
«РЯЗАНОВСКАЯ ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ «ДАР»  
(ГБУДО г. Москвы «Рязановская ДШИ «Дар»)**

---

ОКПО 53980978, ОГРН 1035011453377, ИНН/КПП 5074018996/775101001  
Адрес: 108823, г. Москва, поселение Рязановское, поселок Знамя Октября, дом № 31, стр. № 3,  
тел. 8(495)867-97-29, 8-968-684-28-87  
E-mail: [dshidar@cultur.mos.ru](mailto:dshidar@cultur.mos.ru), [dshidar@list.ru](mailto:dshidar@list.ru), сайт школы: dar.arts.mos.ru

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУДО г.Москвы  
«Рязановская ДШИ «Дар»  
\_\_\_\_\_  
/Баженова М.С./  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020г

**Инструкция  
по профилактике коронавирусной инфекции (Covid19)  
обучающихся ГБУДО г.Москвы «Рязановская ДШИ «Дар»**

**1. Общие положения**

1.1 Настоящая инструкция разработана для обучающихся по ознакомлению с новой коронавирусной инфекцией (Covid19) и методами предосторожности с целью изучения профилактических мероприятий по нераспространению коронавирусной инфекции, а также уяснения необходимости соблюдения правил личной гигиены в общественных местах, соблюдение которых позволяет сохранить здоровье и жизнь.

**2. Общие сведения о коронавирусе**

2.1 Коронавирус – это респираторный вирус, который передается в основном воздушно-капельным путем. В процессе дыхания человек вдыхает капли, выделяемые из дыхательных путей больного (при кашле, чихании, выделения из носа). Также он может распространяться, когда больной касается любой загрязненной поверхности (дверные ручки). В этом случае заражение происходит при касании носа, рта или глаз грязными руками.

2.2 По устойчивости к дезинфицирующим средствам коронавирус относится к вирусам с низкой устойчивостью.

2.3 По данным ВОЗ коронавирусная инфекция передается не только воздушно-капельным путем, но и через мелкодисперсную пыль. Также опасным считается любой контакт с другим человеком. Это может быть не только рукопожатие, но и использование одного бытового предмета.

**3. Основные симптомы коронавируса**

3.1 Основные симптомы коронавирусной инфекции (Covid19):

\*кашель

- \*чихание
- \*повышенная температура
- \*затрудненное дыхание
- \*повышенная утомляемость
- \*озноб
- \*бледность
- \*заложенность носа
- \*боль в горле и мышцах
- \*ощущение тяжести в грудной клетке

#### **4. Меры предосторожности**

4.1 Для профилактики коронавирусной инфекции, а также других вирусных и инфекционных заболеваний необходимо соблюдать целый ряд мер по предупреждению заболеваний.

#### 4.2 Правила предосторожности, которые необходимо выполнять в условиях риска заражения вирусом:

- \*регулярно мыть руки с мылом не менее 30 секунд. Это убивает вирусы, которые попали на поверхность кожи. Поэтому руки следует мыть каждый раз после посещения общественных мест, туалета, перед едой и в течение дня.
- \*соблюдать респираторную гигиену. Во время чихания или кашле прикрывать нос и рот салфеткой. Использованную салфетку следует завернуть в пакет, завязать его и выбросить в мусорное ведро с крышкой. Если салфетки нет, то прикрыть лицо сгибом локтя.
- \*держат дистанцию в общественных местах 1,5 метра. Через мелкие капли из носа и рта больного человека коронавирус может передаваться другим людям при вдыхании того же воздуха. В общественных местах желательно надевать маску.
- \*не следует трогать руками лицо. Вирус легко перенести с кожи рук в организм, если трогать глаза, нос и рот.
- \*на период опасности заражения коронавирусной инфекции желательно прекратить рукопожатия. При любом телесном контакте с человеком повышается риск заражения. Поэтому лучше использовать словесное приветствие.
- \*чтобы организм не пустил вирус или инфекцию внутрь, нужно создать благоприятную среду вокруг себя, вести здоровый образ жизни. Выполнять регулярные физические нагрузки, соблюдать режим труда и отдыха, пить витамины, часто проветривать помещение.
- \*если появилась повышенная температура, кашель, затрудненное дыхание, следует обратиться к взрослому для оказания первой медицинской помощи и вызова врача. Не стоит заниматься самолечением. Специалисты выяснят причины и назначат грамотное лечение, чтобы остановить болезнь.