**АНО ДО "Образовательный центр "Чуланчик"**

**ИНН 9705137280 КПП 770501001 ОГРН 1197700014346**

**Юридический Адрес: 115054, Город Москва, набережная Озерковская, дом 50, строение 1, эт 1, пом III, ком 8**

## МЕРЫ ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЯ РАСПРОСТРАНЕНИЯ COVID-19 Уважаемые родители! Просим Вас соблюдать меры предостережения в Образовательном центре «Чуланчик», а именно:

1. Не прикасаться руками к лицу. Ученые подсчитали, что в среднем человек за час 25 раз трогает свое лицо руками. При этом этими же руками люди касаются разных поверхностей, на которых может обитать вирус. В половине случаев заражение происходит посредством проникновения вируса через слизистые – глаза, рот, нос.
2. Мыть руки. Такая вроде бы простая и элементарная процедура на настоящий момент считается самой эффективной профилактикой COVID-19. Руки надо мыть как можно чаще, причем делать это нужно в течение 40-60 секунд.
3. Использовать антисептики. Длительность обработки рук составляет 20-30 секунд.
4. Если во время чихания и кашля прикрывать рот и нос, экспансию COVID-19 можно предотвратить. Кашлять и чихать нужно в салфетку, а если ее под рукой нет – в сгиб локтя. После использования салфетки, ее нужно сразу же выбросить в мусорный контейнер. Многие люди прикрывают рот и нос во время кашля и чихания ладонями – это неправильно и достаточно опасно.
5. Носить маску. Данное изделие предназначено для больных людей, а также для тех, кто ухаживает за больными. Маска должна плотно прилегать к лицу, зазоров не должно оставаться. Менять маску нужно каждые 2-3 часа, повторно использовать ее нельзя.
6. Избегать близких контактов. О рукопожатиях, а тем более об объятиях следует пока забыть.