**Для того, чтобы подготовить ребёнка к школе, нужно купить не только ручки и тетрадки, но и вооружить его для борьбы с COVID-19. И это не так сложно, как кажется.**

**Вам понадобится:** Антибактериальные гели, спреи и салфетки, одноразовые или тканевые маски и перчатки, ваше желание и терпение.

**Инструкция**

|  |
| --- |
| Если ребёнок самостоятельно часто моет руки, он молодец, и в школе нужно продолжать это делать. Но если такой привычки нет, нужно либо приучить его к этому, либо выдать антибактериальный гель или антибактериальные салфетки. Объясните, что обрабатывать руки нужно постоянно (например, каждую перемену). Попробуйте сделать так, чтобы ребёнок понял, насколько это важно. |
| Поставьте ребёнка перед фактом: даже при постоянном обрабатывании рук нельзя трогать рот, нос, глаза. А если что-то из этого нестерпимо чешется, нужно хорошо помыть руки с мылом, либо тщательно обработать их, и только после этого можно дотронуться до лица. |
| Если вы выбрали для школьника тканевую маску, стирайте её каждый день, можно просто водой, но желательно с мылом. Обычную же маску можно носить около часа, после чего пользоваться ей уже нежелательно. В таком случае, в зависимости от того, сколько часов ребёнок проводит в школе, выдавайте ему маски каждый день. Для шестичасового учебного дня требуется шесть масок соответственно. Для того, чтобы он не заменял их менять, поставьте на телефон школьника почасовые напоминания. |
| Расскажите ребёнку о том, что он должен обрабатывать все поверхности и вещи, к которым прикасается. Например, пенал, ручку, которой пишет, парту, если это не делает преподаватель. Не жалейте гели и спреи, ведь речь идёт о здоровье вашей семьи. |
| Попытайтесь уговорить ребёнка меньше контактировать с одноклассниками, не толпиться вместе с ними на переменах. Строго запретите подходить к ним очень близко, даже если все в масках и перчатках. Они ещё успеют пообщаться, а сейчас лучше разговаривать на расстоянии, и чем больше это расстояние - тем лучше для всех. |
| В классе есть вещи, которыми пользуются все (например, дверная ручка), и их лучше не касаться. Но если этого не избежать, после прикосновения желательно выкинуть одноразовые перчатки или продезинфицировать тканевые. Такие предметы ни в коем случае нельзя трогать голыми руками, объясните это ребёнку. |
| Уговорите ребёнка не есть вместе с одноклассниками из одной посуды или одной пачки чипсов, а если у него есть такая привычка, лучше дайте ему упаковку орешков с собой в школу. |