***Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение***

***« Детский сад № 16 «Звездочка»***

624021 Свердловская область,

Сысертский район, с.Кашино, ул.Новая 7А

Телефон 8 (343-74) 6-31-30

**План противоэпидемических мероприятий   
в период подъема заболеваемости гриппом,   
ОРВИ в ДОУ на 2015/16 уч. г.**

1. Организация профилактических мероприятий:

* строгое соблюдение санитарного состояния помещений;
* ежедневное проведение влажной уборки помещений с применением моющих средств;
* своевременное проведение генеральных уборок;
* обязательное проветривание всех помещений для создания благоприятных условий среды пребывания;
* выведение детей на прогулку не реже 2 раз в день;
* недопущение сокращения времени пребывания детей на открытом воздухе;
* обеспечение высокой активности детей во время прогулок.

2. Проведение закаливающих процедур в ДОУ:

* влажное обтирание лица, шеи рук;
* контрастное обливание стоп;
* воздушное закаливание.

3. Проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий:

* утренняя гимнастика;
* использование подвижных игр и физических упражнений на прогулке.

4. Проведение дыхательной гимнастики.

5. Использование в пищу чеснока, лука.

6. Организация медицинских профилактических процедур:

* обработка носа оксолиновой мазью (0,25%) перед сном;
* прием поливитаминов в течение 1 месяца;
* прием элеутерококка (1–2 капли/год жизни за 30 мин до еды) в течение 3 недель.

7. Санитарно-просветительская работа по профилактике гриппа:

* проведение бесед с персоналом;
* проведение бесед с родителями воспитанников;
* выпуск санитарных бюллетеней.

8. Проведение лекций по профилактике гриппа (вакцинация).

*Заведующий МАДОУ № 16 Горбунова Э.А.*

**Памятка   
по предупреждению инфекционного заболевания (гриппа) для родителей**

**1. Избегайте близкого контакта с людьми, имеющими симптомы гриппа: жар (высокую температуру), кашель, боль в горле, насморк, ломоту в теле, головную боль, озноб и чувство усталости.**

**2. Постоянно мойте руки под проточной теплой водой с мылом. Используйте специальные гели или влажные гигиенические салфетки на спиртовой основе.**

**3. Воздержитесь от посещения массовых мероприятий в закрытых помещениях.**

**4. Во время чихания и кашля прикрывайте нос и рот одноразовым платком.**

**5. Если не поздно, сделайте прививку (с учетом появления защиты через 2 недели).**

**6. Если у вас поднялась температура, а также появились заложенность носа, насморк, кашель, боль в горле, водянистая диарея (понос), мокрота с прожилками крови:**

* **оставайтесь дома и не посещайте места скопления людей;**
* **в дневное время вызовите на дом врача из своей районной поликлиники, в вечернее или в ночное время – скорую помощь по телефону 03;**
* **сообщите семье и друзьям о вашей болезни;**
* **соблюдайте постельный режим и пейте не менее 3 л жидкости в день;**
* **носите марлевую или одноразовую маску, меняя ее на новую каждые 2 ч.**

**7. С целью профилактики:**

* **больше гуляйте на свежем воздухе;**
* **избегайте массовых мероприятий;**
* **правильно питайтесь, употребляйте достаточное количество витаминов, особенно витамин С (фрукты, овощи, сок);**
* **употребляйте в пищу чеснок и лук;**
* **перед выходом из дома смазывайте полость носа оксолиновой мазью;**
* **для профилактики гриппа принимайте "Арбидол" или "Анаферон**".