



МЫНАНЫ БІЛІҢІЗ:

ВИРУС ҚАЛАЙ ТАРАЛАДЫ:

- егер сөйлесу қашықтығы 2 метрден кем болса, адамнан адамға
- егер науқас адам түшкірсе немесе жөтелсе сілекей тамшылары арқылы
- қолын көзіне, мұрнына немесе ауызына тигізсе
- ең сенімді қорғаныс-вируспен жанаспау!

**ТЕКСЕРІЛГЕН КӨЗДЕРДЕН ЕЛДЕГІ ЖАҒДАЙДЫ ҚАДАҒАЛАҢЫЗ
ӘЛЕУМЕТТІК ЖЕЛІЛЕР МЕН МЕССЕНДЖЕРЛЕРДЕ ЖАЛҒАН АҚПАРАТТЫ
ТАРАТПАҢЫЗ!**

ЕГЕР КОРОНАВИРУС БОЙЫНША СҰРАҚТАР БОЛСА,

1406 НӨМІРІНЕ ҚОҢЫРАУ ШАЛЫҢЫЗ



ӘМБЕБАП САҚТЫҚ ШАРАЛАРЫ

ВИРУСПЕН БАЙЛАНЫСТАН ҚОРҒАНЫҢЫЗ:



Қолыңызды жиі жуыңыз!

- қолды сабынмен және сумен кемінде 20 секунд немесе құрамында спирт бар антисептикпен жиі жуыңыз
- жөтелген және түшкірген кезде ауыз бен мұрынды қолмен немесе салфеткамен жабыңыз
- пайдаланылған салфеткаларды қоқыс жәшігіне тастаңыз
- түшкіргеннен, сіңбіргеннен, жөтелгеннен кейін қолыңызды міндетті түрде жуыңыз



Қоғамдық орындарға бармаңыз!



Қорғаныш құралдарынсыз ауыратын адамдармен (суық тию немесе тұмауға ұқсас белгілері бар адамдармен) байланыспаңыз!



Ауыл шаруашылығы жануарларымен немесе жабайы жануарлармен қорғаныш құралдарынсыз байланыспаңыз!



Егер қалаңызда вирус тарап жатқан болса, адамдардан 2 метр қашықтықты сақтаңыз!

ТАЗАЛЫҚТЫ САҚТАҢЫЗ:

- **Күн сайын өндірушінің орамадағы қаптамада көрсетілген нұсқаулықтарына сәйкес** сіз жиі ұстайтын үстіңгі беттерді (үстелдер, есік тұтқалары, жарық қосқышы, телефондар, пернетақта, дәретханалар, крандар, раковиналар және т. б.) дезинфекциялау құралымен (тұрмыстық химия құралдарымен) сүртіңіз.
- **Күніне екі рет** құрамында хлор бар немесе басқа да дезинфекциялаушы құралдарды қолдана отырып **ылғалды тазалау жүргізіңіз**
- **Үй-жайды жиі желдетіңіз**



ӨЗІҢІЗГЕ ҚАМҚОРЛЫҚ ЖАСАҢЫЗ:



Күніне екі рет қызуыңызды өлшеңіз



Саламатты өмір салтын ұстаныңыз, құнарлы тамақтаныңыз



Ет пен жұмыртқаны толық дайын болғанға дейін пісіріңіз



Иммунитетті нығайтатын витаминдерді қабылдаңыз немесе олардың жоғары құрамы бар өнімдерді қолданыңыз

ЕГЕР СІЗ АУЫРЫП ҚАЛСАҢЫЗ:



- ЖРВИ белгілері болған кезде 103 қоңырау шалыңыз
- Үйде қалыңыз, адамдармен тек байланыс құралдары арқылы қарым-қатынаста болыңыз
- Басқа адамдардың, медицина қызметкерлерінің жанында маска киіңіз
- Жөтел мен түшкіруді жабыңыз, пайдаланылған салфетканы дереу тастаңыз
- Қоғамдық көлік пен көпшілік орындарда болмаңыз

КАРАНТИН ҚАНДАЙ БОЛАДЫ?

Карантин – оқшаулау – сіздің жағдайыңызға, медициналық жүйенің қорларына және басқа да факторларға байланысты стационарлық (ауруханада) немесе үйде болуы мүмкін.

СТАЦИОНАРЛЫҚ КАРАНТИНГЕ ҚАШАН ОРНАЛАСТЫРАДЫ?

ЕГЕР 1А САНАТТАҒЫ ЕЛДЕН КЕЛСЕҢІЗ (БАСҚА ЕЛДЕН ТРАНЗИТ АРҚЫЛЫ КЕЛСЕҢІЗ ДЕ):

	Франция		Германия		БАӘ
	Иран		Үндістан		Шри-Ланка
	Италия		Таиланд		Мысыр
	Испания		Малайзия		

және соңғы болған сәттен кемінде 14 күн өтсе 14 тәулікке **АУРУХАНАҒА ЕМДЕЛУГЕ ЖАТҚЫЗАДЫ.**

ЕГЕР КЕЗ-КЕЛГЕН БАСҚА ЕЛДЕН КЕЛСЕҢІЗ COVID-19-ҒА ЗЕРТХАНАЛЫҚ ТЕКСЕРУ ЖҮРГІЗУ ҮШІН 1 ТӘУЛІККЕ ЖӘНЕ ОДАН ӘРІ 13 ТӘУЛІККЕ ҮЙДЕГІ КАРАНТИНГЕ ОРНАЛАСТЫРАДЫ

Бұл қағидалар егер Сіз:

- үкіметтік делегация мүшесі
- дипломатиялық паспорттың иесі
- әуекомпанияның ұшқышы
- локомотив бригадаларының мүшесі
- т/ж көлігінде тасымалдау қызметімен байланысты тұлға
- халықаралық автокөлік тасымалдары, жүк тасымалдау жүргізушісі болсаңыз, **Сізге қолданылмайды**

Бұндай жағдайда сізге медициналық қарап-тексеруді белгіленген тәртіп бойынша жұмыс берушінің медициналық қызметтері жүргізеді

Егер үйде оқшаулануға жағдай болмаса, ауруханада карантинде оқшаулану ұсынылады!

Назарларыңызға: Тиісті аумақтың бас мемлекеттік санитариялық дәрігері өңірдегі және әлемдегі қалыптасқан эпидемиологиялық ахуалды ескере отырып кез-келген елден келген адамды стационарлық карантинге орналастыру туралы шешім қабылдауға құқығы бар!

АУРУХАНАҒА КАРАНТИНГЕ ЖАТҚЫЗЫЛҒАНДА НЕ ІСТЕУІМ КЕРЕК?



- **Есіңізде сақтаңыз:** Сізге қамқорлық жасалуда және сауығуыңыз үшін бәрі жасалуда!
- Өзіңіздің және барша қазақстандықтардың игілігі үшін **дәрігерлердің барлық нұсқамаларын орындаңыз!**
- **Медицина персоналын күлімсіреп қолдаңыз!** Сіз медициналық көмекке мұқтаж болған кезде олар сіздің жаныңызда, оларды да үйде күтуде.
- **Үрейленбеңіз, уақытты жеке даму үшін пайдаланыңыз** (онлайн-курстар, кітап оқу)

Инфекция кезінде әмбебап сақтық шараларын сақтаңыз:



- қолды сабынмен және сумен кемінде 20 секунд немесе құрамында спирт бар антисептикпен жиі жуыңыз!
- жөтелген және түшкірген кезде ауыз бен мұрынды қолмен немесе салфеткамен жабыңыз!
- пайдаланылған салфеткаларды қоқыс жәшігіне тастаңыз!
- түшкіргеннен, сіңбіргеннен, жөтелгеннен кейін қолыңызды міндетті түрде жуыңыз!
- басқа адамдардың жанында жүргенде маска киіп жүріңіз!

ҮЙДЕГІ КАРАНТИНГЕ ҚАНДАЙ ЖАҒДАЙДА ЖАТҚЫЗАДЫ?

Егер Сіз басқа елден келіп, стационарға жатқызылмаған болсаңыз, онда 14 күн бойы үйдегі карантинде болуыңыз керек



ЧТО ДЕЛАТЬ НА ДОМАШНЕМ КАРАНТИНЕ?

Инфекция кезіндегі әмбебап сақтық шараларын сақтаңыз!

- Төтенше жағдайларды (бірінші қажеттіліктегі азық-түлік пен дәрі-дәрмек сатып алу) қоспағанда, үйден шықпаңыз!
- Бір асхана аспаптарын пайдаланбаңыз, бір тостақтан тамақ ішпеңіз және тістеген немесе дәмін көрген тағамды басқаларға бермеңіз!
- Ортақ сүлгіні және басқа да ортақ заттарды пайдаланбаңыз!
- Онлайн қарым-қатынасты және онлайн жеткізуді пайдаланыңыз!
- Қорыққан жағдайда жақындарыңызға телефон байланысы арқылы немесе олар үшін қауіпсіз қашықтықта көмек сұраңыз,
- Ресми дереккөздерді оқыңыз, біліміңізді арттырыңыз!
- Күн сайын дезинфекциялау құралымен (тұрмыстық химия құралдарымен) өндірушінің қаптамадағы нұсқаулықтарына сәйкес **сіз жиі ұстайтын заттардың үстінгі бетін сүртіп отырыңыз:**
 - үстелдер, есіктердің тұтқалары, жарықты қосқыш, телефон, пернетақта, дәретхана, крандар мен раковиналар және басқалар
- Күніне екі рет құрамында хлоры бар немесе басқа да дезинфекциялаушы заттарды қолдана отырып **ылғалды тазалау жасаңыз**
- Үй-жайды жиі желдетіңіз



COVID-19 ПРОФИЛАКТИКАСЫ

БОЙЫНША ЖАППАЙ ШАРАЛАР

ЕНГІЗІЛДІ:



Медициналық ұйымдарда, егде жастағы адамдар мен мүмкіндігі шектеулі адамдарға арналған медициналық-әлеуметтік объектілерде, балалар үйлерінде, мүгедек балаларға арналған, интернат түріндегі оқу орындарында карантин және санитариялық-дезинфекциялық режимді сақтау



Жаппай адамдар болатын және өмір тіршілігін қамтамасыз ету объектілерінде күшейтілген санитариялық-дезинфекциялық режим (сауда-сауықтыру орталықтары, базарлар, ХҚО-лар, моншалар, діни объектілер, коммуналдық шаруашылықтар, азық-түлік өнеркәсіптері, қоғамдық тамақтану орындары, вокзалдар, әуежайлар, қызмет көрсету салалары (сұлулық салондары, ателье және басқалар):



- қолды өңдеуге арналған санитайзерлерді орнату
- барлық заттардың үстіңгі беттерін күніне екі реттен жиі емес тазарту
- дезинфекциялық заттарды қолданумен ылғалды тазалау жұмыстары
- желдету



Әрбір рейстің алдында қоғамдық көлікті, әуежайларды, теміржолдар мен автовокзалдарды, супермаркеттерді, базарларды, қоғамдық көлік аялдамаларын (күніне кемінде екі рет), жаяу жүргіншілер жүретін жерасты және жерүсті өтпелі жолдардың тұтқаларын, спорттық заттарды, балалар және спорт алаңдарын, орындықтар мен отырғыштарды, банкоматтарды, банктердің терминалдарын, POS-терминалдарын жуатын және дезинфекциялайтын заттарды қолдана отырып тазарту



Қоғамдық жерасты және жерүсті жаяу жүргіншілер жүретін жолдарды, теміржолдар мен автовокзалдарға, автомобиль жолдарына және базарлар аумағына жақын орналасқан тротуарларды, парктерді, скверлерді, **алаңдарды жуатын заттарды қолдана отырып тазарту**



Көкөністер мен жемістерді қоспағанда **азық-түлік өнімдерін қапталған түрде сату**

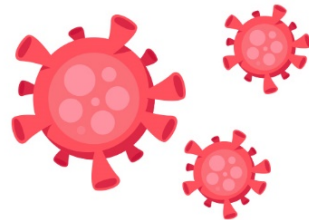


Сауда, қоғамдық тамақтану объектілерінде ауысымда кемінде екі рет ауысытурға және тұтас алып берілмейтін заттармен жұмыс істеген кезде **халыққа бір реттік қолғапта қызметтерді көрсету** (азық-түлік өнімдерімен тікелей жұмыс істейтін сатушылар, аспазшылар, официанттар, кассирлер және басқа да қызметкерлер)

2 м

Ірі сауда объектілерінің аумағында орналасқан фуд-корттарда үстелдердің арасында **кемінде 2 метр арақашықтықты сақтау**

ТЫЙЫМ САЛЫНДЫ:



Денсаулық сақтау ұйымдарында, жедел медициналық көмек машиналарында, жергілікті атқарушы органдар карантин үшін белгілеген үй-жайларда, сондай-ақ медицина қызметкерлері үйде медициналық көмек көрсетуі кезінде **аудио, фото және бейне түсірілімдер жүргізу**



Қоғамдық тамақтану объектілерінде кальяндарды пайдалану



Бұқаралық іс-шаралар (мерекелік, спорттық-бұқаралық, ойын-сауық мәдени-бұқаралық іс-шаралар, конференциялар, семинарлар, көрмелер және басқалар) өткізу



COVID-19 бойынша қолайсыз елдерге халықаралық спорттық, мәдени, туристік іс-шараларға бару



Кинотеатрлардың, түнгі клубтардың, фитнес, тренажер залдарының (орталықтардың), сауда-ойын-сауық кешені жанындағы балалар ойын алаңдарының, мектептен тыс қосымша білім беру ұйымдарының (даму, білім беру орталықтары, үйірмелер, факультативтер және басқалар), спорт кешендерінің компьютерлік клубтарының (үйірмелер, секциялар және басқалар) қызметі

БАЛАЛАРДЫ ҚОРҒАУ ҮШІН АРНАЙЫ ШАРАЛАР



мектеп оқушыларының **2020 жылғы 16 наурыз-5 сәуір** аралығындағы демалысқа шығуы



Білім беру ұйымдарын қашықтықтан оқытуға ауыстыру (техникалық мүмкіндік болған жағдайда барынша ауыстыруды қамтамасыз ету)



Білім беру және тәрбиелеу ұйымдарында **санитариялық-дезинфекциялық режимді сақтау** (желдету, ауысымда кемінде үш рет ылғалды жинау, дезинфекция)



Мектепке дейінгі балалар мекемелеріндегі **үй-жайларды кварцтау**



Мектепке дейінгі балалар мекемелерінде таңертеңгі сүзгі өткізу (балаларды топқа қабылдау кезінде қарау)



Оқушылардың демалыс және төтенше жағдай кезінде **экскурсиясына тыйым салу**