



Инструкция для детских садов и частных яслей в условиях распространения COVID-19

- COVID-19 — это вирусное инфекционное заболевание, которое передается от человека к человеку воздушно-капельным путем, в основном при близком контакте* с зараженным человеком.
- В благоприятных условиях вирус сохраняется на загрязненных поверхностях до трех дней, но погибает при очистке и дезинфекции.
- Риск распространения COVID-19 выше в закрытых, многоярусных и плохо вентилируемых помещениях.
- Цель данной инструкции – предоставить детским садам и частным яслям рекомендации по профилактике заболевания COVID-19.
- При организации работы учреждения необходимо исходить из действующих распоряжений Правительства Республики: [«Меры и ограничения, необходимые для предотвращения распространения заболевания COVID-19»](#).

Общая информация и рекомендации

- Заболевание COVID-19 у детей как правило протекает в очень легкой форме, и поэтому в отношении состояния здоровья детей и выявления симптомов заболевания следует проявлять еще большую внимательность.
- Следует предварительно продумать, в каком помещении при необходимости можно изолировать детей с подозрением на инфекцию. В отношении изолированных детей также должен быть обеспечен надзор.
- При возникновении симптомов острой респираторной вирусной инфекции (кашель, насморк, боль в горле, температура, общее ухудшение самочувствия, необычная усталость) следует оставаться дома и при первой возможности связаться со своим центром семейных врачей или консультационной линией семейных врачей по телефону 1220, которая снабдит вас дальнейшими инструкциями.
- Ребенок может посещать детский сад с легким насморком или кашлем, если он поправился после какой-либо сезонной инфекции, хорошо себя чувствует, но при этом у ребенка наблюдается легкий остаточный кашель или насморк. В таких случаях рекомендуем проконсультироваться со своим центром семейных врачей.
- Хронические заболевания (например, астма и аллергия) также могут вызывать насморк и кашель; в таких случаях обычно не требуется оставаться дома. Как правило, о таких хронических заболеваниях уже известно заранее, и родитель при необходимости может самостоятельно выписать соответствующую справку, в которой он подтверждает, что симптомы ребенка не являются заразными. В случае хронического заболевания отдельная справка от врача не оформляется.
- Взятую из дома мягкую игрушку рекомендуется использовать только во время сна ребенка, то есть не использовать её для игр.
- Рекомендует отменить все общие мероприятия, включая рождественские праздники, где участвуют дети и работники, не контактирующие друг с другом на повседневной основе.
- Следует избегать контактов между разными группами и их воспитателями, чтобы снизить риск распространения инфекции во всем детском саду.
- Если в детском саду имеются смешанные группы (то есть смешанные группы с детьми разных возрастов), то состав группы менять не рекомендуется. Это означает, что круг близких контактов* детей следует поддерживать в максимально неизменном виде.



- В детских садах или частных яслях, где имеется собственная игровая площадка или двор, рекомендуется проводить как можно больше времени на свежем воздухе, в т. ч. по возможности проводить обучающие занятия на улице. В детских садах или частных яслях, где нет собственной игровой площадки или двора, на прогулке следует обеспечить безопасность детей и работников с точки зрения риска заражения (в т. ч. избегать близких контактов с другими людьми).
- Если в детском саду у каждой группы имеется своя игровая площадка, то следует следить за тем, чтобы каждая группа играла только на своей площадке, чтобы избегать контактов между различными группами (и у детей, и у воспитателей).
- При возвращении из региона повышенного риска, где коэффициент распространения инфекции превышает установленный, следует оставаться в самоизоляции в течение 10 дней. Если несовершеннолетние путешествуют вместе с законным представителем или уполномоченным сопровождающим, освобожденным от требования самоизоляции в связи с вакцинацией или перенесенным заболеванием COVID-19, дети в возрасте до 12 лет освобождаются от исполнения требований в отношении самоизоляции и тестирования.

В случае заболевания дополнительную информацию можно найти [здесь](#).

Люди, прибывающие из иностранных государств, могут найти актуальную информацию о коэффициентах распространения инфекции по странам и ограничениях передвижения на [сайте Министерства иностранных дел](#).

Коронавирус SARS-CoV-2 является биологическим фактором риска

- Начиная с 24.11.2020 года коронавирус SARS-CoV-2 относится к третьей категории биологических факторов риска. Факторы, входящие в данную категорию, могут вызывать серьезное заболевание у людей и тем самым подвергают здоровье работника значительной опасности.
- В отношении всех видов работы, при которых возникает опасность контакта с биологическим фактором риска, работодатель в ходе анализа рабочей среды должен:
 - ✓ определить тип, размер и продолжительность угрозы заражения для работника и исходя из этого оценить риск для здоровья работника;
 - ✓ **продумать, где и как работник может контактировать с вирусом, и определить потенциальные места заражения (офисные и производственные помещения, комнаты отдыха, залы, гардеробы и т. п.)**.
- Исходя из анализа рисков следует принять необходимые меры предосторожности. [С мерами профилактики можно ознакомиться на сайте Инспекции труда «Tööelu»](#).

Чистота и вентиляция

- Из помещения для изоляции следует удалить ненужные предметы; поверхности предметов в комнате, пол и стены в комнате должны легко чиститься и дезинфицироваться.
- [Следует обеспечить исправность и работу предусмотренной проектом здания механической приточно-вытяжной вентиляции](#).
- Помещения следует убирать и мыть согласно установленному распорядку, но не реже одного раза в день. Во время уборки следует среди прочего вымыть столы/скамейки, дверные ручки, обеденные столы и прочие предметы соответствующими моющими/дезинфицирующими средствами (см ссылки ниже).
- Чистящие и дезинфицирующие средства, предназначенные для уборки помещений, следует хранить в закрытом на замок шкафу/помещении. Дезинфицирующие средства разрешается использовать только в соответствии с инструкцией по эксплуатации, приведенной на этикетке: это гарантирует безопасность средства для людей, которые позднее будут контактировать с данными поверхностями. Дезинфицирующие средства, не имеющие регистрации и не



прошедшие проверку, могут не обладать реальными дезинфицирующими свойствами и не обеспечивать должной защиты пользователя, поэтому ими пользоваться нельзя.

- Средства дезинфекции рук должны быть доступны взрослым при входе и выходе из помещения, однако находиться в месте, недоступном для детей. Например, их можно разместить там, куда не могут дотянуться дети (на стену или на высокую мебель). Дети не должны иметь самостоятельного доступа к дезинфицирующим средствам. По возможности рекомендуется избегать дезинфекции детских рук и отдавать предпочтение их мытью.
- Мебель, полки, радиаторы следует чистить влажной тряпкой как минимум два раза в неделю.
- Каждый день следует убирать и дезинфицировать оборудование и поверхности в туалетных помещениях.
- Игрушки следует мыть по мере их загрязнения и в соответствии с порядком, установленном в детском саду.
- Туалетные помещения следует оборудовать достаточным количеством средств для мытья рук и установить контейнеры для мусора, которые открываются нажатием ноги.

Важная информация по гигиене для учителей и детей

Учителя в детском саду должны следить за соблюдением следующих правил и учить детей их соблюдению:

- дети не должны пользоваться очками других детей, их питьевыми бутылками, ложками и т. п.;
- во время чихания и кашля следует прикрывать нос и рот локтем или салфеткой;
- использованную салфетку следует немедленно выкинуть, а руки помыть с мылом;
- нельзя притрагиваться к лицу неммытыми руками или тереть ими глаза;
- руки следует мыть почаще, желательно в течение 15–20 секунд, и показать детям, как правильно мыть руки;
- руки рекомендуется сушить бумажным полотенцем;
- для питья следует использовать личный стаканчик или чашку (одноразовую или многоразовую); это необходимо для профилактики распространения насморка, кашля и прочих инфекционных заболеваний. Личный стаканчик или чашку ребенок может хранить в своем шкафчике или в другом месте по договоренности с учителем.
- Всегда следует мыть руки после возвращения в помещение с улицы, перед едой и после посещения туалета. В прочих случаях руки следует мыть по мере их загрязнения.
- Следует избегать физических контактов: избегайте физического контакта со взрослыми и детьми, которые чихают и кашляют. Если вы будете стоять к такому взрослому или ребенку слишком близко, то, например, при чихании вы можете вдохнуть воздушно-капельную инфекцию вместе с воздухом и заболеть.
- Не трогайте руками свои глаза, рот и нос: ваши руки постоянно контактируют с большим количеством различных предметов и поверхностей, которые могут быть загрязнены вирусом.
- Не заражайте других людей: при кашле или чихании прикрывайте свой рот и нос локтем или салфеткой. Сразу же выбрасывайте салфетку в мусорное ведро и незамедлительно помойте руки. Прикрывая нос и рот, вы препятствуете дальнейшему распространению вирусов и бактерий. Если вы чихнете в неприкрытую ладонь, то бактерии и вирусы могут через ваши руки добраться до других людей и предметов, когда вы их потрогаете. Если у вас поблизости нет салфетки, то просто отвернитесь на время чихания или кашля от других людей, то есть не чихайте и не кашляйте прямо на них.
- [Ознакомиться с различными инструкциями можно на сайте Департамента здоровья.](#)



Если у ребенка появятся симптомы во время пребывания в детском саду / частных яслях:

- Работник учреждения должен немедленно связаться с родителем ребенка и попросить его забрать ребенка при первой возможности.
- Пока родитель не прибыл в детский сад / частные ясли, следует найти возможность для временной изоляции ребенка. При изоляции ребенка важно его не пугать. Следует разъяснить ребенку и другим детям в группе необходимость изоляции в доступной и поддерживающей форме.
- Если состояние здоровья ребенка до прибытия родителя заметно ухудшится, следует немедленно позвонить по номеру 112.
- Следует свести к минимуму количество людей, контактирующих с ребенком, у которого подозревается инфекция.
- Помещения общего пользования, поверхности и предметы (например, дверные ручки, мусорные урны и смесители, столы и т. п.) следует немедленно очистить моющими и дезинфицирующими средствами.
- Всевозможные загрязненные вирусом отходы (например, носовые платки, маски и др.) нужно выбрасывать в соответствии с инструкцией: <https://envir.ee/uudised/koroonajaatmed-tuleb-teistest-eemal-hoida>.
- Следует попросить родителя немедленно проконсультироваться с семейным врачом ребенка.
- С точки зрения замедления распространения инфекции COVID-19 очень важно, чтобы родитель заболевшего ребенка сообщил работникам детского сада, если диагноз COVID-19 у ребенка будет подтвержден.
- Детский сад / частные ясли оповещает о результате родителей других детей, посещающих детский сад / частные ясли. При составлении уведомления следует проявлять деликатность, не упоминать имя и фамилию заболевшего ребенка и прочие данные, позволяющие его идентифицировать.
- Дети, находившиеся в близком контакте* (группа заболевшего ребенка), остаются в упрощенном карантине (см. последнюю главу), а работники остаются дома в обычном карантине в течение 10 дней (кроме исключительных случаев). Пребывая в изоляции с ребенком, родитель должен исключить собственные физические контакты и контакты ребенка с другими семьями, в том числе игры с другими детьми и пребывание во многолюдных местах. Также важно исключить контакты с пожилыми людьми (например, бабушками и дедушками) и/или людьми с хроническими диагнозами, относящимися к группе риска.
- Другие группы могут продолжать работу в обычном режиме. Работники детского сада / частных яслей и родители следят за своим здоровьем и здоровьем детей. При проявлении симптомов следует сразу же связаться со своим семейным врачом или позвонить по номеру 1220.

Если работник заболел респираторным заболеванием (температура, кашель, слабость и прочие симптомы)

- Если работник заболел в нерабочее время, он должен оставаться дома.
- Если работник заболел на рабочем месте, он должен немедленно покинуть его.
- Заболевший связывается с семейным врачом, который принимает решение о диагностике COVID-19, необходимости тестирования и листе нетрудоспособности.
- С точки зрения предотвращения распространения COVID-19 важно, чтобы заболевший работник информировал работодателя, что диагноз COVID-19 был подтвержден. Информирование



работодателя происходит в соответствии с договоренностью между работником и работодателем.

- При подтверждении диагноза COVID-19 необходимо выявить на рабочем месте людей, которые находились в близком контакте* с заболевшим работником в период проявления симптомов или за два дня до этого. Если у работника не было симптомов, то близко контактировавшими* с ним считаются работники, которые находились в близком контакте с зараженным за два дня до получения положительного результата теста. [Более подробную информацию относительно определения близких контактов можно найти на сайте Департамента здоровья.](#)
- Работодатель, информированный работником о диагнозе COVID-19, ведет сотрудничество с региональным отделением Департамента здоровья, чтобы выявить близкие контакты* работника на работе и получить указания по дальнейшей организации работы.
- Сведения о близких контактах на работе следует занести в соответствующую таблицу (таблицу можно найти [здесь](#)).
- После беседы с Департаментом здоровья просим отправить данную таблицу в зашифрованном виде в соответствующее региональное отделение Департамента здоровья (вам будут предоставлены контактные данные).
- Люди, близко контактировавшие с заболевшим, обязаны находиться в карантине в течение 10 дней и тщательно следить за своим здоровьем. Хотя тестирование не является обязательным, Департамент здоровья рекомендует людям, близко контактировавшим с заболевшим, по окончании 10-дневного периода изоляции пройти тестирование на SARS-CoV-2, чтобы выявить возможное бессимптомное или предсимптомное течение заболевания. Рассчитать продолжительность изоляции для людей, близко контактировавших с заболевшим, можно с помощью [калькулятора изоляции от Союза семейных врачей Эстонии](#).
- Указанное в распоряжении требование о соблюдении обязательной самоизоляции по своему месту жительства или месту постоянного пребывания в течение 10 календарных дней, а также требование о прохождении тестирования на коронавирус SARS-CoV-2, вызывающий заболевание COVID-19, не применяется в следующих случаях:
 - а) лицо переболело COVID-19 не более 180 дней назад;
 - б) лицо прошло курс вакцинации против COVID-19, после введения последней дозы вакцины наступила максимальная защита, и с момента введения последней дозы вакцины прошло не более одного года;
 - в) лицо получило одну дозу вакцины после перенесенного заболевания COVID-19, после вакцинации наступила максимальная защита, и с момента введения последней дозы вакцины прошло не более одного года; или же после получения первой дозы вакцины лицо заболело COVID-19, перенесло инфекцию, и с момента прохождения теста на SARS-CoV-2, подтверждающего заболевание, либо со дня подтверждения диагноза прошло не более одного года.
- Потенциально загрязненные вирусом помещения нужно закрыть и открыть после того, как в них будет проведена основательная уборка, дезинфекция и проветривание.
- При уборке помещений и поверхностей следует соблюдать [«Рекомендации Департамента здоровья по чистке и дезинфекции»](#).
- Если выяснится, что заболевший работник не болен COVID-19, другие работники могут продолжить работу, но в течение 10 дней они обязательно должны следить за своим здоровьем.



Для детей, посещающих детский сад и частные ясли действует упрощенный порядок карантина

- Если близкий контакт с носителем коронавируса произошел в детском саду или яслях, общеобразовательной школе или профессиональном учебном заведении, то дети, которые не были вакцинированы против COVID-19 и не переболели COVID-19, должны оставаться в карантине на упрощенных условиях. Это означает следующее:
- Дети, не имеющие симптомов заболевания, могут продолжать посещать детский сад или ясли без дополнительного тестирования;
- В период **упрощенного карантина** нельзя посещать общественные места (кино, кафе, театр и др.), но можно участвовать в деятельности по интересам, проводимой в этом же детском саду. Это означает, что в случае близкого контакта* в течение 10 дней можно посещать только детский сад или ясли, общеобразовательную школу или профессиональное учебное заведение, а также участвовать в проводимой там деятельности по интересам.

РУКИ НЕОБХОДИМО МЫТЬ:

- перед началом работы;
- перед работой с пищей, прошедшей термическую обработку, или готовой пищей;
- после работы с пищей, не прошедшей термическую обработку, или ее приготовления;
- после обращения с отходами;
- после уборки;
- после пользования туалетом;
- после сморкания, чихания или кашля;
- после еды, питья или курения;
- после обращения с деньгами.

*БЛИЗКИМ КОНТАКТОМ СЧИТАЕТСЯ:

- прямой физический контакт с больным COVID-19 (например, рукопожатие);
- прямой контакт с выделениями больного COVID-19 без использования средств защиты (например, если на человека кашляют);
- нахождение с больным COVID-19 в течение не менее 15 минут на расстоянии до 2 метров.

Информационные материалы по профилактике распространения вирусной инфекции:

- [Сайт Департамента здоровья о коронавирусе](#)
- [Поясняющий материал о коронавирусе для детей](#)
- [Информация с сайта Департамента образования и науки](#)