



**Министерство  
образования, науки и  
молодежной политики  
Нижегородской области**

ул. Ильинская, д. 18, г. Нижний Новгород, 603950  
тел. 433-24-51, факс 434-11-90  
e-mail: official@obr.kreml.nnov.ru

14.10.2019 № Сл-316-301635/19

на № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

О направлении материалов по  
организации здорового питания

**Руководителям органов,  
осуществляющий управление в  
сфере образования  
муниципальных районов и  
городских округов**

**Руководителям государственных  
и негосударственных  
образовательных организаций**

Министерство образования, науки и молодежной политики Нижегородской области сообщает, что Федеральным бюджетным учреждением здравоохранения «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека в соответствии с региональным планом основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия детства в Нижегородской области, утвержденного распоряжением Правительства Нижегородской области от 28 декабря 2018 г. № 1460-р разработаны следующие материалы:

1. Видео-ролик «Урок здорового питания» (ссылка для скачивания [https://yadi.sk/i/c3cUU\\_LbBA9S3](https://yadi.sk/i/c3cUU_LbBA9S3)).
2. Памятка «Моем руки правильно» (приложение).

Направляем данные материалы и просим довести их до руководителей образовательных организаций для организации соответствующей работы с обучающимися, а также обеспечить размещение материалов на официальных сайтах образовательных организаций.

Приложение: на 2 л. в 1 экз.

Заместитель министра

Чуфыркина Анна Владимировна  
8 (831) 434-14-47

Подлинник электронного документа, подписанного ЭП,  
хранится в системе электронного документооборота  
Правительства Нижегородской области

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат: 7F60149E0653E7035DE8BC7C0B5A81E956B632CD  
Кому выдан: Родионова Елена Леонидовна  
Действителен: с 11.06.2019 до 11.09.2020

Е.Л.Родионова

## РУКИ МОЮТ ВСЕГДА:

- перед приготовлением и приемом пищи;
- до и после туалета;
- после прогулок;
- после контакта с животными;
- после контакта с деньгами;
- после уборки;
- после работы по дому и в саду;
- после работы за компьютером;
- после поездки в общественном транспорте;
- после чихания и кашля.

*(чаще всего грязь скапливается на запястьях, между пальцев и под ногтями)*



## МОЙТЕ РУКИ ПРАВИЛЬНО!

1. Снимите кольца, браслеты, закатать рукава (украшения затрудняют эффективное очищение кожи).
2. Смочите руки в теплой воде.
3. Нанесите жидкое мыло (лучше использовать жидкое мыло в дозаторе или индивидуальное одноразовое мыло).
4. Хорошенько намыльте руки в течение не менее 30 секунд (важно соблюдать технику мытья рук, поскольку кончики пальцев и их внутренние поверхности часто остаются загрязнёнными).
5. Ополосните руки теплой проточной водой и повторите процедуру мытья (при повторении процедуры смываются микробы из раскрывшихся под воздействием теплой воды пор кожи).
6. Хорошо просушите руки одноразовым полотенцем.

## ЧИСТОТА - ДЕЛО ТЕХНИКИ!

1. Тереть ладони возвратно-поступательными движениями.
2. Ладонью растирать тыльную поверхность кисти, поменять руки.
3. Соединить пальцы одной руки в межпальцевых промежутках другой, тереть внутренние поверхности пальцев движениями вверх и вниз.
4. Соединить пальцы в «замок», тыльной стороной согнутых пальцев растирать ладонь другой руки.
5. Охватить основание большого пальца между большим и указательным пальцами другой кисти, вращательно тереть. Повторить на запястье. Поменять руки.
6. Круговым движением тереть ладонь левой кисти кончиками пальцев правой руки, поменять руки.

*(каждое движение следует повторить не менее 5 раз)*



ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителя и благополучия человека

# Мойте руки правильно!



**ЧИСТЫЕ РУКИ  
СПАСАЮТ ЖИЗНЬ!**

Москва, 1-й Смоленский пер., д.9, стр.1  
e-mail: [cgon@cgon.ru](mailto:cgon@cgon.ru)  
тел.: 8(499)241-86-28

