

**Памятка для обучающихся, родителей и педагогических работников по профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения детей эффектов от воздействия устройств мобильной связи**

1. Исключение ношения устройств мобильной связи на шее, поясе, в карманах одежды с целью снижения негативного влияния на здоровье.
2. Максимальное сокращение времени контакта с устройствами мобильной связи.
3. Максимальное удаление устройств мобильной связи от головы в момент соединения и разговора (с использованием громкой связи и гарнитуры).
4. Максимальное ограничение звонков с устройств мобильной связи в условиях неустойчивого приема сигнала сотовой связи (автобус, метро, поезд, автомобиль).
5. Размещение устройств мобильной связи на ночь на расстоянии более 2 метров от головы.



Отказ от мобильных устройств обусловлен заботой о здоровье детей. С 2021 года в России по новым санитарным правилам запрещается использовать мобильные устройства для обучения школьников. Согласно СанПиНам (СП 2.4. 3648-20), школьникам не разрешается использовать **мобильники** в качестве компьютера, планшета или электронного учебника.