

## **ПАМЯТКА**

**для обучающихся, родителей и педагогических работников ГБОУ  
Республики Марий Эл «Гуманитарная гимназия «Синяя птица»  
им. Иштриковой Т.В.»**

**по профилактике неблагоприятных для здоровья и обучения  
детей эффектов от воздействия устройств мобильной связи**

### **РЕКОМЕНДОВАНО:**

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.