

## SUGGERIMENTI PER LE FAMIGLIE

### COME PREPARARE CON I PROPRI FIGLI IL RIENTRO A SCUOLA IN SICUREZZA

Indicazioni di sicurezza
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Controlla tuo figlio ogni mattina per evidenziare segni di malessere. Se ha una temperatura superiore a 37,5 gradi non può andare a scuola.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Assicurati che non abbia mal di gola o altri segni di malattia, come tosse, diarrea, mal di testa, vomito o dolori muscolari. Se non è in buona salute non può andare a scuola.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Se ha avuto contatto con un caso COVID-19, non può andare a scuola. Segui con scrupolo le indicazioni della Sanità sulla quarantena.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Se non lo hai già fatto, informa la scuola su quali persone contattare in caso tuo figlio non si senta bene a scuola: Nomi, Cognomi telefoni fissi o cellulari, luoghi di lavoro, ogni ulteriore informazione utile a rendere celere il contatto. La SEGRETERIA ALUNNI è a disposizione per raccogliere i dati che intendi fornire alla scuola. Per le scuole primarie, puoi anche rivolgerti ai coordinatori di plesso. Tutti i dati forniti verranno trattati nel rispetto della privacy.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● A casa, pratica e fai praticare le corrette tecniche di lavaggio delle mani, soprattutto prima e dopo aver mangiato, starnutito, tossito, prima di applicare la mascherina e spiega a tuo figlio perché è importante. Se si tratta di un bambino, rendilo divertente.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Sviluppa le routine quotidiane prima e dopo la scuola, ad esempio stabilendo con esattezza le cose da mettere nello zaino per la scuola al mattino (come disinfettante personale per le mani e una mascherina in più) e le cose da fare quando si torna a casa (lavarsi le mani immediatamente, dove riporre la mascherina a seconda che sia monouso o lavabile; ...)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Parla con tuo figlio delle precauzioni da prendere a scuola:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lavare e disinfettare le mani più spesso.</li> <li>○ Mantenere la distanza fisica dagli altri studenti.</li> <li>○ Indossare la mascherina</li> <li>○ Evitare di condividere oggetti con altri studenti, tra cui bottiglie d'acqua, dispositivi, strumenti di scrittura, libri...</li> </ul> </li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pianifica e organizza il trasporto di tuo figlio per e dalla scuola:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Se tuo figlio utilizza un mezzo pubblico (autobus, trasporto scolastico) preparalo ad indossare sempre la mascherina e a non toccarsi il viso con le mani senza prima averle prima disinfettate. Se è piccolo, spiegagli che non può mettersi le mani in bocca. Accertati che abbia compreso l'importanza di rispettare le regole da seguire a bordo (posti a sedere, posti in piedi, distanziamenti, ... Queste regole devono essere comunicate da chi organizza il trasporto pubblico).</li> <li>○ Se va in auto con altri compagni, accompagnato dai genitori di uno di questi, spiegagli che deve sempre seguire le regole: mascherina, distanziamento, pulizia delle mani.</li> </ul> </li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>● Rafforza il concetto di distanziamento fisico, di pulizia e di uso della mascherina, dando sempre il buon esempio.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tieni a casa una scorta di <b>mascherine</b> per poterle cambiare ogni volta che sia necessario. Fornisci a tuo figlio una mascherina di ricambio nello zaino, chiusa in un contenitore. Se fornisci mascherine riutilizzabili, fornisci anche un sacchetto dentro cui riporre quella usata per portarla a casa per essere lavata.</li> <li>● Se usi mascherine di cotone riutilizzabili, esse devono: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ coprire naso e bocca e l'inizio delle guance</li> <li>○ essere fissate con lacci alle orecchie</li> <li>○ avere almeno due strati di tessuto</li> <li>○ consentire la respirazione</li> <li>○ essere lavabili con sapone a mano o in lavatrice ed essere stirate (il vapore a 90° è un ottimo disinfettante naturale e senza controindicazioni).</li> </ul> </li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Se fornisci a tuo figlio delle mascherine di stoffa, fai in modo che siano riconoscibili e non possano essere confuse con quelle di altri allievi.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Allena tuo figlio a togliere e mettere la mascherina toccando soltanto i lacci.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Prendi in considerazione l'idea di fornire a tuo figlio un contenitore (ad es. un sacchetto richiudibile etichettato) da portare a scuola per riporre la mascherina quando mangia; assicurati che sappia che non deve appoggiare la mascherina su qualsiasi superficie, né sporcarla.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dopo il rientro a scuola informati su come vanno le cose e sulle interazioni con compagni di classe e insegnanti. Scopri come si sente tuo figlio e se si sente "spiazzato" dalle novità. Aiutalo ad elaborare eventuali disagi; se ti segnala comportamenti non adeguati da parte di altri allievi, parlane subito con gli insegnanti e con il Dirigente scolastico.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fai attenzione a cambiamenti nel comportamento come eccessivo pianto o irritazione, eccessiva preoccupazione o tristezza, cattive abitudini alimentari o del sonno, difficoltà di concentrazione, che possono essere segni di stress e ansia. Però attenzione a non essere tu a trasmettere stress e ansia o preoccupazioni oltre misura.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Partecipa alle riunioni scolastiche, anche se a distanza; essere informato e connesso può ridurre i tuoi sentimenti di ansia e offrirti un modo per esprimere e razionalizzare eventuali tue preoccupazioni.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● In caso di dubbi, contatta il coordinatore della scuola. Risponderà alle tue richieste o potrà segnalare le tue esigenze alla direzione scolastica.</li> </ul>