

**PREVENZIONE
ANTICOVID:**

**INDICAZIONI
PER LE
FAMIGLIE**



Le regole per le famiglie

◇ SALUTE

- *Temperatura mai oltre i 37,5°*
- *Sintomi da controllare: mal di gola, tosse, diarrea, vomito, mal di testa, dolori muscolari*
- *Isolamento in caso di contatti con positivi*

◇ LE SPIEGAZIONI DA DARE AI FIGLI

- *Igiene: quando e come lavare le mani*
- *Mascherine: come indossarle o toglierle toccando solo i lacci, dove riporle quando si mangia*
- *Trasporti: regole sul distanziamento e norme igieniche nei mezzi pubblici o in auto con altri compagni*
- *A scuola: lavaggio mani, distanziamento, mascherina, niente condivisione di oggetti*
- *Distanziamento dai compagni che non possono indossare mascherine*

◇ PRECAUZIONI

- *Bottiglietta d'acqua con nome e cognome*
- *Routine: mascherina di ricambio in un contenitore e gel nello zaino, lavaggio mani al rientro*

◇ MASCHERINE

- *Chirurgiche: tenere una scorta a casa per il ricambio*
- *Cotone: lavare con sapone a mano o in lavatrice, stirarle con vapore a 90°*
- *Stoffa: fare in modo che siano riconoscibili*

◇ RAPPORTO SCUOLA-FAMIGLIA

- *Fornire recapiti di contatto*
- *Informarsi su modalità di comunicazione e regole in caso di contagi*
- *Informarsi sulle regole per educazione fisica, ricreazione e attività libere*
- *Informare insegnanti e dirigente scolastico di eventuali comportamenti non adeguati segnalati dai figli*
- *Distanziamento dai compagni che non possono indossare mascherine*

◇ PSICOLOGIA

- *Preparare i più piccoli al fatto che la scuola avrà un aspetto diverso*
- *Informarsi sulle interazioni con compagni e insegnanti*
- *Aiutare ad elaborare disagi*
- *Attenzione a cambiamenti nel comportamento: stato d'animo, alimentazione, sonno, concentrazione*
- *Evitare di trasmettere ansia*



PER APPROFONDIRE...

SINTOMI

- Controlla tuo figlio ogni mattina per evidenziare segni di malessere. Se ha una **temperatura superiore a 37,5** gradi non può andare a scuola.
- 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.
- Se ha avuto **contatto con un caso COVID-19**, non può andare a scuola. Segui con scrupolo le indicazioni sulla **quarantena**.



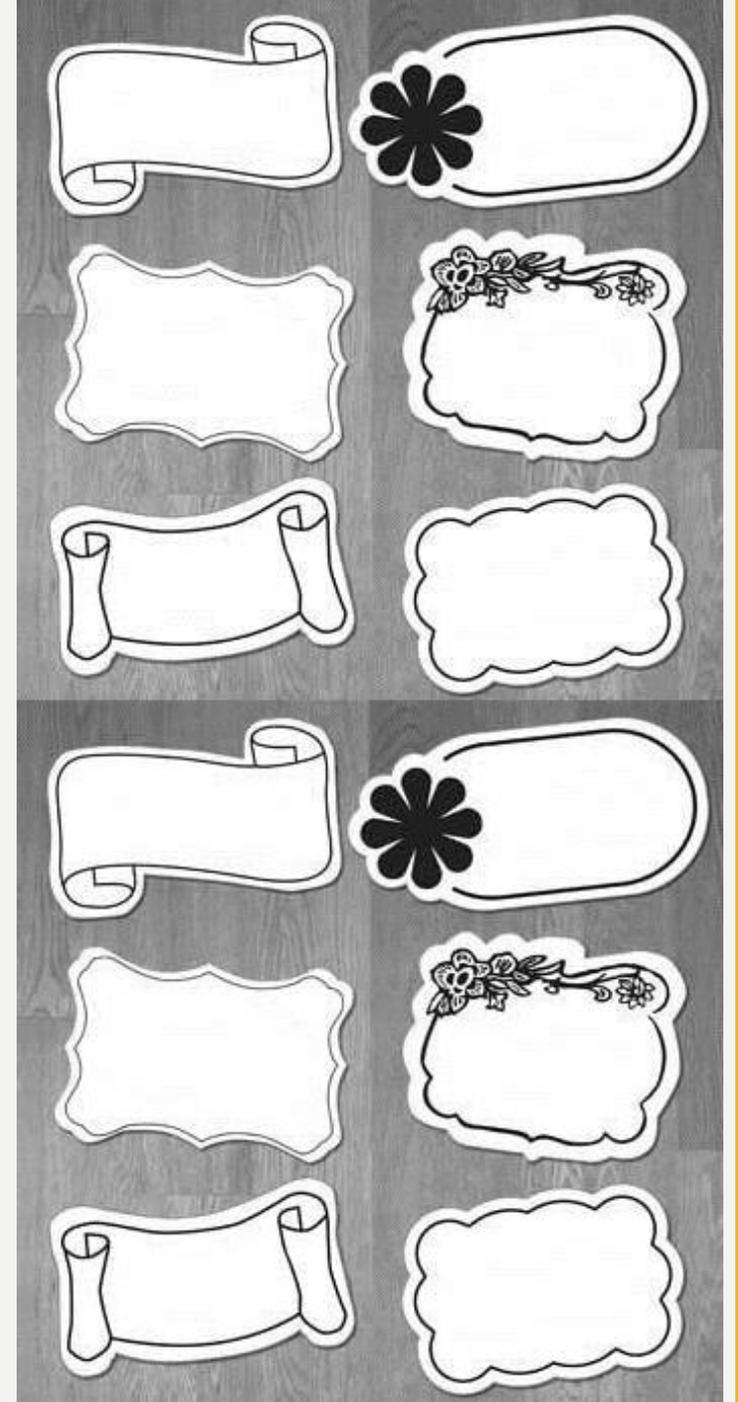
PRECAUZIONI

- A casa praticate 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.



PRECAUZIONI

- Procura a tuo figlio una **bottiglietta di acqua/borraccia identificabile con nome e cognome** (con pennarello indelebile oppure apponendo etichette preparate a casa).



PRECAUZIONI

- 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 ...)



MASCHERINE

- Allena tuo figlio a **togliere e mettere la mascherina** toccando soltanto i lacci.
- Spiega a tuo figlio che a scuola potrebbe incontrare dei **compagni che non possono mettere la mascherina**. Di conseguenza lui deve mantenere la distanza di sicurezza, deve tenere la mascherina e seguire le indicazioni degli insegnanti.
- Si consiglia di entrare a scuola **indossando già una mascherina**.
- Prendi in considerazione l'idea di fornire a tuo figlio un ulteriore **contenitore per riporre la mascherina indossata quando mangia**; assicurati che sappia che non deve appoggiare la mascherina su qualsiasi superficie, né sporcarla.



TRASPORTO

- Pianifica e organizza il **trasporto di tuo figlio per e dalla scuola**:
 - ❖ Se tuo figlio utilizza un **mezzo pubblico o 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, accertati che abbia compreso l'importanza di **rispettare le regole da seguire a bordo** (posti a sedere, posti in piedi, distanziamenti, ...).
 - ❖ Se va **in auto con altri compagni**, accompagnato dal genitore di uno di questi, spiegagli che deve sempre seguire le regole: mascherina, distanziamento, pulizia delle mani.



INFORMAZIONE

- **Parla con tuo figlio delle precauzioni da prendere a scuola:** Lavare e disinfettare le mani più spesso, mantenere la distanza fisica dagli altri studenti, indossare la mascherina, evitare di condividere oggetti con altri studenti, tra cui bottiglie d'acqua, dispositivi, strumenti di scrittura, libri.
- Prendi visione del **Protocollo di Sicurezza attuato dalla Scuola**, per informarti, ad esempio, su come la scuola comunicherà alle famiglie un eventuale caso di contagio da COVID-19 e sulle regole che in questi casi verranno seguite.
- Aiuta tuo figlio ad apprendere le **modalità con cui la tua scuola intende accompagnare gli studenti**, affinché seguano le pratiche per ridurre la diffusione di COVID-19.
- Partecipa alle **iniziative informative promosse dalla scuola** (comunicazioni sul sito web, riunioni scolastiche, invio materiali via mail ecc.); essere informato e connesso può ridurre i tuoi sentimenti di ansia e offrirti un modo per esprimere e razionalizzare eventuali tue preoccupazioni.



SUPPORTO PSICOLOGICO

- Se hai un bambino piccolo, preparalo al fatto che **la scuola avrà un aspetto diverso**.
- 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.
- 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.



SI RINGRAZIA PER LA COLLABORAZIONE