

# VADEMECUM PER LE FAMIGLIE

## INDICAZIONI GENERALI

- 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.
- A campione potrebbe essere misurata la temperatura degli studenti
- Se ha avuto contatto con un caso Covid-19, non può andare a scuola. Parla con il pediatra e segui i suoi consigli e, con scrupolo, le indicazioni sulla quarantena.
- Se non lo hai già fatto, informa la scuola su quali persone contattare con immediatezza in caso tuo figlio non si senta bene a scuola. Se non ci sarà risposta entro 30 minuti verranno allertate le forze dell'ordine.
- 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.
- Salvo che la scuola non distribuisca acqua in bottigliette, procura a tuo figlio una bottiglietta di acqua identificabile con nome e cognome (no per l'infanzia).
- 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...)
- 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.
- Rafforza il concetto di distanziamento fisico, di pulizia e di uso della mascherina, dando sempre il buon esempio.

- Tieni a casa una scorta di mascherine per poterle cambiare ogni volta che sia necessario. Fornisci a tuo figlio 2 mascherine di ricambio nello zaino, chiuse in un sacchettino contenitore.
  - Allena tuo figlio a togliere e mettere la mascherina toccando soltanto i lacci/elastici.
  - 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.
  - Se hai un bambino piccolo, preparalo al fatto che la scuola potrebbe avere un aspetto diverso.
  - 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.
  - 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.
- . di tanto in tanto controlla il sito della scuola e le indicazioni ufficiali sui siti ministeriali quali, ad esempio, quelli di seguito individuati:

<http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioContenutiNuovoCoronavirus.jsp?lingua=italiano&id=5413&area=nuovoCoronavirus&menu=vuoto>

<http://www.salute.gov.it/portale/nuovocoronavirus/dettaglioNotizieNuovoCoronavirus.jsp?lingua=italiano&menu=notizie&p=dalministero&id=5036>

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

*Mario Angelo Zanco*

