

INDICAZIONI PER LE FAMIGLIE: COME PREPARARE CON I PROPRI FIGLI IL RIENTRO A SCUOLA

INDICAZIONI DI SICUREZZA - RESPONSABILITÀ PERSONALE

- 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 della Sanità sulla quarantena.
- 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.
- Se ricevi una telefonata dalla scuola perchè tuo figlio mostra una situazione di malessere che necessita il suo rientro a casa, è necessario che il ritiro da scuola avvenga nel minor tempo possibile.

LE BUONE PRATICHE E IL NECESSARIO PER LA SCUOLA

- 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.
- 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 il 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.
 - Evitare di condividere oggetti con altri studenti, tra cui dispositivi, strumenti di scrittura, libri...
- Pianifica e organizza il trasporto di tuo figlio per e dalla scuola:
 - Se tuo figlio utilizza un mezzo pubblico (treno, autobus, trasporto scolastico) preparalo a 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, ...).
 - 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.
- Rafforza il concetto di distanziamento fisico, di pulizia e di uso della mascherina, dando sempre il buon esempio.
- Insegna a tuo figlio a non bere mai dai rubinetti.
- Insegna a tuo figlio a non toccarsi il viso con le mani senza essersele prima disinfettate.

PREPARARE A UNA SCUOLA DIVERSA E PARTECIPARE

- Prepara tuo figlio al fatto che la scuola avrà un aspetto diverso (ad es. banchi distanti tra loro, insegnanti che mantengono le distanze fisiche, possibilità di stare in sezione a pranzo).
- Dopo il rientro a scuola informati su come vanno le cose e sulle interazioni con compagni di sezione e insegnanti. Scopri come si sente tuo figlio e se si sente "spiazzato" dalle novità. Aiutalo a 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.

- Partecipa alle riunioni scolastiche, in particolare è indispensabile partecipare alla prima assemblea, 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.