

Ritorno a scuola

REGOLE DA SEGUIRE PER INIZIARE L'ANNO SCOLASTICO 2020/2021

Vademecum Studenti



Controlli da fare a casa

- ▶ Controlla la tua temperatura corporea ogni mattina. **Se è superiore a 37,5°C non puoi andare a scuola**
- ▶ Assicurati di non avere mal di gola o altri segni di malattia come tosse, diarrea, mal di testa, vomito o dolori muscolari. **Se non sei in buona salute non puoi andare a scuola**
- ▶ **Se hai avuto contatto con un caso di CoVid-19 non puoi andare a scuola.** Segui con scrupolo le indicazioni sulla quarantena

Contatti

- ▶ Se la tua famiglia non lo ha già fatto, fa telefonare a scuola per **comunicare quali persone contattare nel caso tu non ti senta bene a scuola**: nomi, cognomi, telefoni fissi o cellulari, luoghi di lavoro e ogni ulteriore informazione utile a rendere celere il contatto

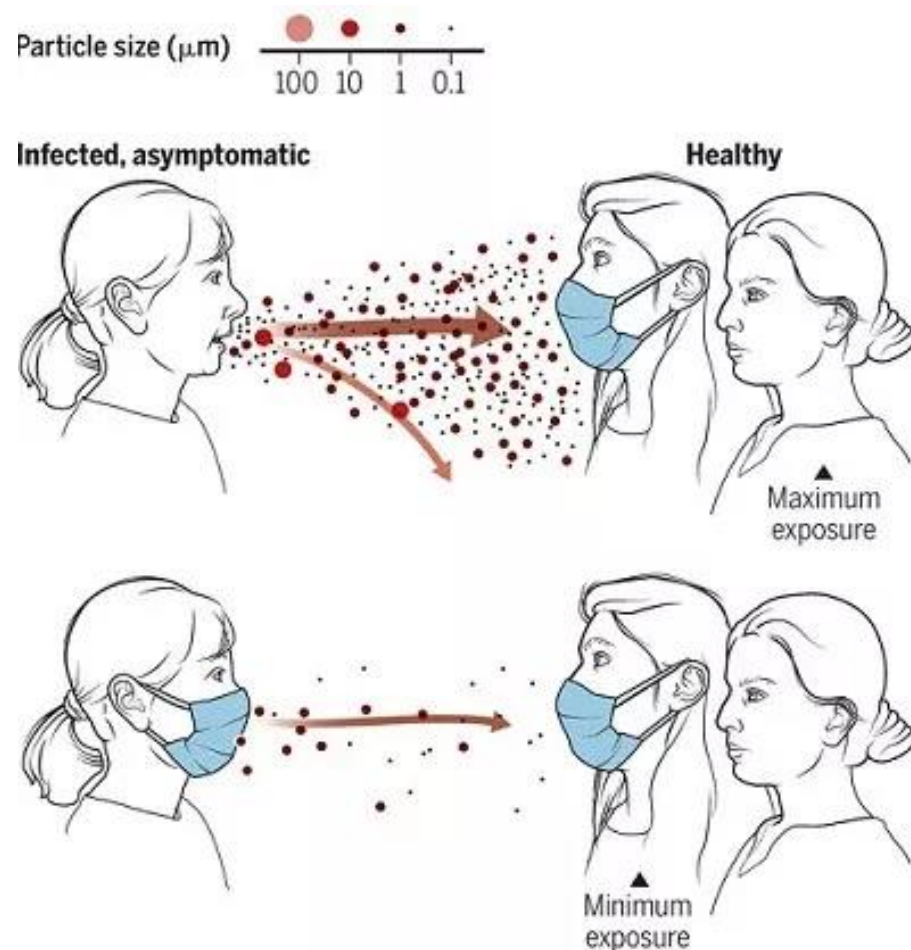
Precauzioni da prendere a scuola

A scuola ricordati di:

- ▶ **Lavare** e disinfettare **le mani** più spesso possibile
- ▶ **Mantenere la distanza** fisica dagli altri studenti
- ▶ **Indossare la mascherina sempre**
- ▶ **Evitare di condividere oggetti** con altri studenti, tra cui bottiglie d'acqua, dispositivi, strumenti di scrittura, libri

Perché servono mascherina e distanziamento

- ▶ La mascherina è scomoda e non è uno scudo che garantisce l'«immunità» dal virus.
- ▶ Ma se la indossiamo nei luoghi chiusi e manteniamo la distanza di sicurezza di un metro, **proteggiamo noi e gli altri** dal rischio di entrare a contatto con il coronavirus.
- ▶ **Indossala, ne vale la pena**



La mascherina

- ▶ Tieni a casa una scorta di mascherine per poterle cambiare ogni volta che sia necessario
- ▶ **Se te la dimentichi, chiedi alla scuola di fornirtene una**
- ▶ Valuta di portare un contenitore per riporre la mascherina quando mangi
- ▶ Allenati a togliere e mettere la mascherina toccando solo i lacci

Trasporti

Se utilizzi un mezzo pubblico per andare a scuola (treno, autobus, ecc.) segui queste regole:

- ▶ **Indossa** sempre **la mascherina**
- ▶ **Non ti toccare il viso** con le mani senza averle prima disinfettate
- ▶ **Rispetta le regole** da seguire a bordo (posti a sedere, posti in piedi, distanziamenti)

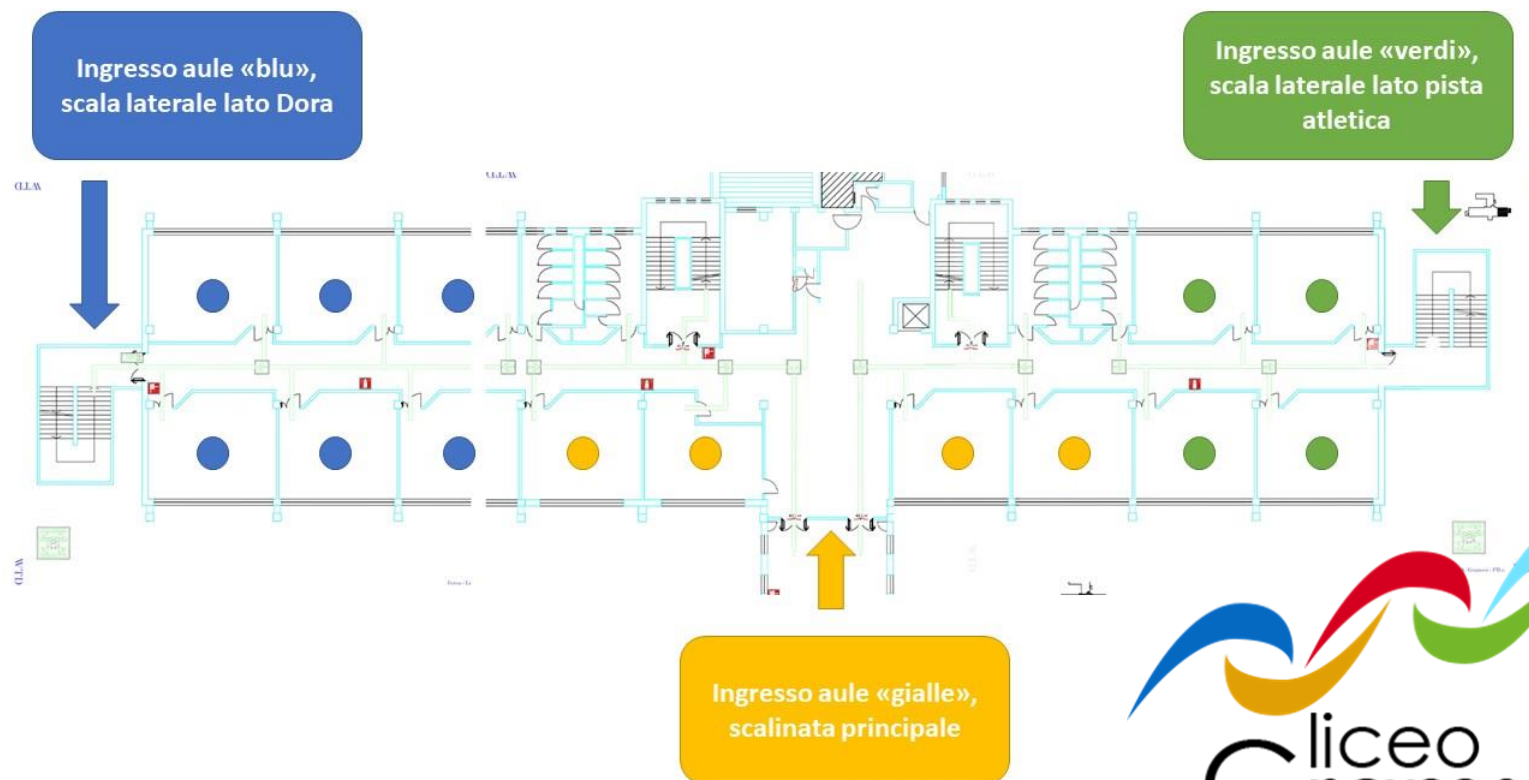
Se vai in auto con altri compagni, devi seguire le stesse regole!

Ingresso a scuola

- ▶ Se riesci, **presentati a scuola almeno 20 minuti prima** dell'inizio del tuo primo modulo orario
- ▶ Ricordati che **se arrivi prima a scuola** puoi sempre entrare e **andare in classe**
- ▶ **Utilizza l'ingresso assegnato alla tua classe** (orientati con i colori) e raggiungi subito la tua aula
- ▶ **Mantieni sempre la distanza** di almeno un metro dai tuoi compagni
- ▶ **Indossa sempre la mascherina!**

Ingresso a scuola - segue

- Utilizza l'ingresso assegnato alla tua **classe** (orientati con i colori) e raggiungi subito la tua aula



In aula

- ▶ Controlla che i banchi siano effettivamente distanziati. Se non lo sono segnalalo al docente
- ▶ **Sanifica le mani** con il liquido disinfettante
- ▶ È molto importante il **ricambio d'aria**: ogni ora vanno aperte **due finestre** per almeno **5 minuti**. Ricordalo agli insegnanti.
- ▶ **Evita di condividere oggetti** (penne, libri, ecc.) con gli altri studenti
- ▶ Indossa **sempre** la mascherina

Intervallo

Durante l'intervallo:

- ▶ Puoi **mangiare ma solo seduto al tuo posto**
- ▶ Se vai **al bar**, mantieni le distanze, **compra cibi e bevande** e poi **torna al tuo banco** per consumarli
- ▶ **Mantieni sempre la distanza** di un metro dai tuoi compagni
- ▶ **Indossa la mascherina**

Regolamento di istituto

- ▶ **Consulta le nuove regole di comportamento** approvate dal Consiglio di Istituto e che trovi pubblicate sul **sito internet della scuola**
- ▶ Ricordati che **violando quelle regole** non rischi soltanto una **sanzione disciplinare**, ma **aumenti** anche **la probabilità che il virus si diffonda** tra i tuoi amici e il personale scolastico

Sportello di ascolto

- ▶ Ti arrabbi più facilmente del solito? Sei eccessivamente preoccupato o triste? Mangi male e fatichi a prendere sonno? Non riesci a concentrarti? Potrebbe essere un **segno di stress e ansia**. In una situazione come questa è **normale** che capiti, ma **è bene che ne parli** con i tuoi genitori e con i tuoi insegnanti
- ▶ **La scuola può darti una mano**, tramite il servizio di ascolto della psicologa. Non aver paura o vergogna di chiedere un colloquio.

Parla con i tuoi insegnanti

- ▶ **Il ritorno a scuola** dopo tanti mesi di didattica a distanza **può essere difficile**: argomenti nuovi e difficili, lacune da recuperare, voti più bassi di quelli a cui eri abituato
- ▶ **Parlane con i tuoi insegnanti**: saranno felici di spiegarti l'argomento che non hai capito una volta in più
- ▶ Inoltre **la scuola cercherà di supportarti** durante tutto l'anno scolastico per aiutarti a recuperare

Hai febbre, tosse o altri sintomi a scuola. Che fare? (1)

- ▶ **Non farti prendere dal panico**
- ▶ **Segnala al docente** o a un collaboratore scolastico che hai sintomi
- ▶ **Indossa sempre la mascherina**
- ▶ Un collaboratore scolastico ti condurrà in un **apposito locale** dove aspetterai che **i tuoi genitori** ti vengano a prendere per **portarti a casa**
- ▶ **Contatta il tuo medico di famiglia e segui le sue indicazioni**

Hai febbre, tosse o altri sintomi a scuola. Che fare? (2)

- ▶ Verrai sottoposto a **test molecolare**
- ▶ **Se** il tampone è **positivo**, dovrai aiutare le autorità sanitarie a **tracciare tutti i contatti** che hai avuto **nelle 48 ore precedenti**.
- ▶ **È importante** per bloccare l'espansione dei focolai!
- ▶ Potrai **tornare a scuola** solo dopo la scomparsa della malattia, cioè **dopo il tampone negativo** in seguito alla scomparsa dei sintomi
- ▶ Nel frattempo seguirai le lezioni a distanza

L'importanza del tracciamento dei contatti

- ▶ È importante individuare tutti i contatti di **positivo** per bloccare l'espansione dei focolai!
- ▶ Non sempre è possibile ricordarli o individuarli tutti
- ▶ Valuta la possibilità di utilizzare **l'app Immuni**, che ti permetterà di aiutare l'autorità sanitaria a tracciare e avvisare tutti i tuoi contatti



Un tuo compagno ha tosse e febbre Che fare?

- ▶ Non farti prendere dal panico
- ▶ Indossa **sempre** la mascherina e digli di **avvertire il docente**
- ▶ All'uscita da scuola **vai subito a casa** e **tieni la mascherina** indossata
- ▶ Se il tampone del tuo compagno di classe dovesse essere **positivo**, **la classe verrà messa in quarantena** precauzionale e seguirà le **lezioni a distanza**