

VADEMECUM PER I GENITORI

1. Misura la temperatura

Ogni mattina controlla a tuo figlio la temperatura: se è superiore a 37,5 gradi, non può andare a scuola.

2. Controlla che il bambino stia bene

Assicurati che non abbia mal di gola o altri sintomi di malattia, come tosse, diarrea, mal di testa, vomito o dolori muscolari. Se non si sente bene, non può andare a scuola.

3. Niente scuola se il bambino ha avuto contatti con casi positivi

Se ha avuto contatti con un caso COVID-19, non può andare a scuola. Segui scrupolosamente le indicazioni della Sanità sulla quarantena.

4. Informa la scuola su chi deve contattare

Informa la scuola su quali persone contattare in caso tuo figlio non si senta bene a scuola: nomi e cognomi, telefoni fissi o cellulari, luoghi di lavoro, ogni ulteriore informazione utile a rendere celere il contatto.

5. Attenzione all'igiene

A casa, pratica e fai praticare le corrette tecniche di lavaggio delle mani, soprattutto prima e dopo aver mangiato, starnutito, tossito, prima di regolare la mascherina e spiega a tuo figlio perché è importante. Se si tratta di un bambino, rendilo divertente. Lo stesso compito verrà svolto a scuola.

6. Procura bottigliette/borracce con il nome

Procura a tuo figlio una bottiglietta di acqua/borraccia identificabile con nome e cognome.

7. Insegna l'importanza della routine quotidiana

Sviluppa corrette routine quotidiane prima e dopo la scuola, ad esempio stabilendo 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; ...)

8. Parla con tuo figlio dei comportamenti sicuri da adottare a scuola

→ Lavare e igienizzare spesso le mani

- Mantenere la distanza fisica dagli altri studenti
- Indossare la mascherina quando ci si sposta o non si è a distanza da altre persone
- Non condividere materiale scolastico/oggetti con altri studenti (ad esempio bottiglie d'acqua, dispositivi, strumenti di scrittura, libri...)
- Non condividere la merenda con altri studenti.

9. Pianifica i trasporti

Organizza con cura il trasporto di tuo figlio per e dalla scuola.

- 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
- 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.

10. Mantieni un filo diretto con la scuola

Informati su come la scuola comunicherà alle famiglie un eventuale caso di contagio da COVID-19 e sulle regole che in questi casi verranno seguite. Nel sito web c'è una sezione dedicata al rientro a scuola, al seguente indirizzo:

- <http://www.iccolmurano.gov.it/rientriamo-a-scuola/>

11. Informati sulle regole adottate dalla scuola

Per esempio quelle riguardanti l'entrata e l'uscita, l'educazione fisica, le attività libere (come la ricreazione) e la mensa, in modo da presentarle a tuo figlio e fargli capire la loro importanza, chiedendogli di rispettarle scrupolosamente. Troverai i regolamenti nell'apposita sezione del sito web.

12. Dai il buon esempio

Rafforza i concetti di:

- distanziamento fisico
- pulizia
- uso della mascherina

dando sempre il buon esempio sul rispetto di queste tre regole fondamentali.

13. Tieni a casa una scorta di mascherine per poterle cambiare ogni volta che sia necessario

Fornisci a tuo figlio una mascherina di ricambio nello zaino, chiusa in un contenitore. Se gli dai mascherine riutilizzabili, forniscigli anche un sacchetto, dentro cui riporre quella usata per portarla a casa e essere lavata. Se si usano mascherine di cotone riutilizzabili, ricorda che esse devono:

- coprire naso e bocca e l'inizio delle guance
- essere fissate con lacci alle orecchie
- avere almeno due strati di tessuto
- consentire la respirazione
- essere lavabili con sapone a mano o in lavatrice ed essere stirate (il vapore a 90° è un ottimo disinfettante naturale e senza controindicazioni).

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.

14. Allena tuo figlio a togliere e mettere la mascherina toccando soltanto i lacci

15. Spiega a tuo figlio che a scuola potrebbe incontrare dei compagni che non possono mettere la mascherina.

In questo caso deve mantenere la distanza di sicurezza, tenere la mascherina e seguire le indicazioni degli insegnanti. 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.

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

Abitualo all'idea che i banchi saranno distanti tra loro, che gli insegnanti manterranno distanze fisiche e indosseranno la mascherina, che ci può essere l'eventualità di fare pranzo in classe.

17. Parla con tuo figlio

Chiedigli come vanno le cose a scuola, come sono le sue relazioni con compagni e insegnanti. Scopri come si sente e come ha reagito alle novità. Aiutalo a esprimere e 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 che possono essere segni di stress e ansia. Fai però attenzione a non trasmettere tu stress, ansia o preoccupazioni eccessive.

18. Partecipa alle riunioni scolastiche, anche se a distanza

Tenersi informati contribuisce a ridurre i sentimenti di ansia e consente di condividere, esprimere e razionalizzare eventuali tue preoccupazioni.

Grazie dell'attenzione e della collaborazione.

Iniziamo l'anno scolastico in serenità.