



VADEMECUM PER LE FAMIGLIE

Semplici regole per affrontare al meglio il nuovo anno scolastico 2020/2021

- Controlla tuo figlio ogni mattina per evidenziare segni di malessere. **Se ha una temperatura superiore a 37,5 gradi non può andare a scuola.** Il controllo della temperatura corporea dell'alunno a casa ogni giorno prima di recarsi a scuola è una regola importante a tutela della salute propria e altrui, un gesto di responsabilità a vantaggio della sicurezza di tutti. Questa semplice misura di buon senso previene, infatti, la possibile diffusione del contagio che potrebbe avvenire nel tragitto casa-scuola, sui mezzi di trasporto, quando si attende di entrare a scuola, o in classe.
- 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.** Si riportano di seguito i sintomi più comuni di COVID-19 nei bambini: febbre, tosse, cefalea, sintomi gastrointestinali (nausea/vomito, diarrea), faringodinia, dispnea, mialgie, rinorrea/congestione nasale. Sintomi più comuni nella popolazione generale: febbre, brividi, tosse, difficoltà respiratorie, perdita improvvisa dell'olfatto (anosmia) o diminuzione dell'olfatto (iposmia), perdita del gusto (ageusia) o alterazione del gusto (disgeusia), rinorrea/congestione nasale, faringodinia, diarrea (ECDC, 31 luglio 2020).
- **Se ha avuto contatto con un caso COVID-19, non può andare a scuola.** Segui con scrupolo le indicazioni 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.
- 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.**
- 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.** Accertati che abbia compreso l'importanza di rispettare le regole da seguire a bordo (posti a sedere, posti in piedi, distanziamenti, ... Queste regole devono essere comunicate da chi organizza il trasporto pubblico). 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.
- Invia tempestivamente comunicazione di eventuali assenze per motivi sanitari in modo da rilevare eventuali cluster di assenze nella stessa classe

- 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.**
- Prendi in considerazione l'idea di fornire a tuo figlio un contenitore da portare a scuola per riporre la mascherina quando mangia; assicurati che sappia che non deve appoggiare la mascherina su qualsiasi superficie, né sporcarla.
- Prepara tuo figlio 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 e con il Dirigente Scolastico.
- 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.



Possibili scenari

DdP - Dipartimento di Prevenzione
 MMG - Medico di Medicina Generale
 PLS - Pediatra di Libera Scelta