

Cari genitori,

Qualche "compito" per iniziare serenamente l'anno scolastico:

1. Misurare la temperatura

Controllate vostro figlio ogni mattina per evidenziare segni di malessere. Se ha una temperatura superiore a 37,5 gradi, non può andare a scuola.

2. Controllare che il bambino stia bene

Assicuratevi che non abbia mal di gola o altri segni di malattia, come forte raffreddore, tosse, diarrea, mal di testa, vomito o dolori muscolari. Se non è in buona salute non può andare a scuola.

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

Se ha avuto contatto con un caso COVID-19, non può andare a scuola. Seguite con scrupolo le indicazioni delle autorità sanitarie sulla quarantena.

4. Informate la scuola su chi deve contattare

Se non l'avete già fatto, informate la scuola su quali persone contattare in caso vostro figlio non si senta bene a scuola: nominativi, telefoni fissi o cellulari, luoghi di lavoro, ogni ulteriore informazione utile a rendere celere e certo il contatto.

5. Attenzione all'igiene

A casa, praticate e fate praticare le corrette tecniche di lavaggio delle mani, soprattutto prima e dopo aver mangiato, starnutito, tossito, prima di regolare la mascherina e spiegate a vostro figlio perché è importante. Provate a renderlo divertente. Si farà lo stesso a scuola.

6. L'importanza della routine

Sviluppate 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; ...)

7. Parlate con vostro figlio delle precauzioni da prendere a scuola

- Lavare e disinfettare le mani spesso.
- Mantenere la distanza fisica.
- Indossare la mascherina.
- Evitare di condividere oggetti, tra cui bottiglie d'acqua, dispositivi, cancelleria, libri,...

8. Parlate con la scuola

Informatevi su come la scuola comunicherà alle famiglie un eventuale caso di contagio da COVID-19 e sulle regole che in questi casi verranno seguite.

9. Pensate ai trasporti

Pianificate e organizzate il trasporto di vostro figlio per e dalla scuola:

accertatevi che abbia compreso l'importanza di rispettare le regole da seguire sullo scuolabus;

se va in auto con altri compagni, accompagnato dai genitori di uno di questi, spiegate che deve sempre seguire le regole: mascherina, distanziamento, pulizia delle mani.

10. Informatevi sulle regole adottate dalla scuola

Per esempio quelle per l'entrata e l'uscita, l'educazione fisica e le attività libere (come la ricreazione) e sulle regole della mensa, in modo da presentarle a vostro figlio e



sostenerle, chiedendogli di rispettarle con scrupolo. Troverete il patto di corresponsabilità sul sito e sul registro elettronico.

11. L'importanza del buon esempio

Rafforzate i concetti di distanziamento fisico, di pulizia e di uso della mascherina, dando il buon esempio.

12. Avvertite che a scuola potrebbe incontrare dei compagni che non possono mettere la mascherina.

Spiegate che non è un problema e che in questo caso è necessario mantenere la distanza di sicurezza e eventualmente tenere la mascherina, seguendo le indicazioni degli insegnanti.

13. Se avete un bambino piccolo, preparatelo al fatto che la scuola potrebbe avere un aspetto diverso

Troverà, ad esempio, banchi distanti tra loro, insegnanti che mantengono le distanze fisiche e la mascherina. Non si mangerà in mensa ma che si resterà in classe a pranzo.

14. Parlate con vostro figlio

Dopo il rientro a scuola, informatevi su come vanno le cose e sulle interazioni con compagni di classe e insegnanti. Scoprite come sta, se si sente turbato dalle novità. Aiutatelo ad elaborare eventuali disagi. Prestate attenzione a cambiamenti nel comportamento (irritazione, eccessiva preoccupazione, cattive abitudini alimentari o del sonno, difficoltà di concentrazione) che possono essere segni di stress e ansia. Però attenzione a non essere voi stessi familiari a trasmettere stress e ansia o preoccupazioni oltre misura. Chiedete informazioni sullo sportello di supporto psicologico presente nell'Istituto e di altre iniziative organizzate per avere un parere esperto in un ambito protetto.

15. Partecipate alle riunioni scolastiche, in presenza e online

Essere informati e connessi può ridurre i sentimenti di ansia e offre un modo per esprimere e razionalizzare eventuali preoccupazioni.



Grazie per la collaborazione!