



RECOMANACIONS PER ANAR I TORNAR DE L'ESCOLA

ABANS DE SORTIR DE CASA

1) Rentat higiènic de mans:

- Mullar les mans i aplicar sabó al palmell, fregar els dos palmells per fer escuma, fregar el dors de les dues mans i entre els dits, fregar els polzes de dalt a baix amb moviments circulars, fregar les puntes dels dits contra els palmells amb moviments circulars, fregar els canells també i eixugar les mans amb paper d'un sol ús.
- Hem d'estar fregant durant 40-60 segons.
- Si no podem fer-ho amb aigua i sabó, hem de seguir els mateixos passos amb gel hidroalcohòlic.

2) Responsabilitat familiar:

- Preses de temperatura: no assistir a l'escola si sobrepassa 37.3°C. Les temperatures entre 37 i 37,7 en infants, s'hauran de valorar conjuntament amb altres manifestacions clíniques o símptomes propis de la COVID-19.
- Reconeixement de símptomes susceptibles: febre, tos seca, dificultat respiratòria, congestió nasal, secreció nasal, expectoració, diarrea, malestar general, mal de cap, mal de coll, vòmits, erupció cutània d'origen desconegut, pèrdua d'olfacte i / o gust, letargia, confusió...
- En cas de sospita de malaltia: cal posar-se en contacte amb el centre d'atenció primària per dur a terme les actuacions que recomani el personal sanitari. Cal avisar l'escola de la falta d'assistència.
- Ús de la mascareta: col·locació correcta de la mascareta neta o nova, talla adequada, ha de cobrir des del pont del nas fins a sota la barbeta, no tocar-la un cop posada.

Es recomana que els alumnes menors de 6 anys duguin una mascareta quirúrgica a la motxilla per si comencen a presentar símptomes al centre escolar. També es recomana, encara que no sigui obligatori per aquests infants, l'educació en l'ús de la mascareta d'una manera lúdica i divertida.

3) Altres consideracions:

- S'aconsella que sigui un sol adult qui l'acompanyi cada infant, per evitar aglomeracions davant de l'escola.
- Si l'alumnat és adolescent, la família ha d'ajudar-los a repassar les recomanacions abans de sortir de casa.



PEL CARRER

- 1) És imprescindible que els adults donem exemple als infants i joves.
- 2) Caminar per la dreta.
- 3) Respectar la distància de seguretat.
- 4) No manipular ni treure's la mascareta.
- 5) Millor saludar fent hola amb la mà, però sense tocar-se, tampoc amb el colze.

A L'ENTRADA DE L'ESCOLA

- 1) Puntualitat amb l'horari que ens marcarà el centre escolar per evitar aglomeracions.
- 2) Respectar la distància de seguretat.
- 3) Revisar que la mascareta està ben col·locada i no manipular-la.
- 4) **L'adult acompanyant NO ha d'entrar al centre escolar a no ser que sigui totalment imprescindible.** Cal valorar si ho podem solucionar per telèfon, correu electrònic o a la web de l'escola.
- 5) Desinfectar les mans amb gel hidroalcohòlic abans d'entrar a l'escola, si en tenim oportunitat.

A LA SORTIDA DE L'ESCOLA

- 1) Respectar la distància de seguretat.
- 2) Puntualitat amb l'horari que ens marcarà l'escola al centre escolar per evitar aglomeracions.
- 3) Desinfectar les mans amb gel hidroalcohòlic quan l'infant o adolescent surti del centre escolar.
- 4) NO hem de quedar-nos davant de l'escola un cop recollim l'infant, per tal d'evitar aglomeracions.
- 5) És recomanable berenar a casa.



EN ARRIBAR A CASA

- 1) Deixar el calçat que hem usat per al carrer a l'entrada de casa o un altre lloc disposat a tal efecte.
- 2) Rentat higiènic de mans amb aigua i sabó.
- 3) Retirada correcta de la mascareta (agafant-la per les gomes o vetes) per posar-la a rentar.
- 4) És altament recomanable una dutxa i canviar de roba per posar a rentar la que hem utilitzat al llarg de tot el dia, sobretot si agafem transport públic o no anem directament cap a casa en sortir del centre escolar.

RECOMANACIONS PEL TEMPS LLIURE FORA DE L'ESCOLA

S'ha de tenir present que hi ha diverses circumstàncies que poden comportar risc de contagi de l'alumnat, tan infantil com adolescent, i el consegüent risc de contagi familiar i del seu grup estable de convivència dins de l'escola.

Recordem que una sospita de cas amb algun símptoma susceptible, encara que surti amb una prova de PCR negativa, haurà d'estar 14 dies confinat a casa juntament amb tota la família.

Repassem llocs i circumstàncies que es recomanen evitar:

- 1) Espais de joc en llocs públics com gronxadors, sorrals, etc. on hi ha contacte múltiple de superfícies i, a més, es fa impossible respectar la distància de seguretat.
- 2) Festes d'aniversari o altres trobades de caràcter festiu.
- 3) Quedar per jugar a casa d'amics o amigues que no siguin del mateix grup estable de convivència de l'escola.
- 4) Reunions familiars o amistats on no es pugui respectar la distància de seguretat, o no es dugui mascareta, o que hi assisteixin de més 10 persones.
- 5) Bars, cafeteries, terrasses i restaurants si els infants són prou petits per no poder estar-se asseguts a taula.
- 6) Supermercats o botigues diverses si els infants són prou petits per no poder estar-se de tocar coses i superfícies.

