

Sfaturi pentru părinți

Redeschiderea școlilor



Încurajați-vă copilul/adolescentul în această perioadă. Acordați-i sprijin și înțelegere, pentru a-l ajuta să se adapteze mai ușor la noul format al anului școlar și la noul stil de socializare impus de pandemie.



Explicați-i copilului importanța spălatului pe mâini, a păstrării distanței față de alte persoane și a purtării măștii. Dați-i copilului sticlută cu gel dezinfectant și măști, pe care să le aibă mereu asupra lui.



Vorbiți-i copilului dumneavoastră despre COVID-19 și despre importanța de a se proteja, pe el și pe ceilalți, atunci când merge la școală. Copilul sau adolescentul va aprecia deschiderea cu care discutați cu el, încrederea pe care i-o arătați și faptul că îl considerați o persoană responsabilă.



Înainte și după reluarea cursurilor, păstrați contactul cu școala, prin învățător sau diriginte, pentru a fi la curent cu toate deciziile școlii privind organizarea cursurilor și măsurile de prevenire a infectării luate de conducerea școlii. Dacă cineva din familie sau un apropiat cu care familia dumneavoastră a intrat de curând în contact, intră în izolare sau este diagnosticat cu COVID-19, nu lăsați copilul să meargă la școală și informați învățătorul sau dirigintele.



Explicați-i copilului sau adolescentului cum trebuie să poarte masca pentru a se proteja și cum să o manevreze. Masca trebuie să acopere nasul, gura și bărbia și nu trebuie atinsă decât de elasticul cu care se prinde după urechi. Masca trebuie purtată în mijloacele de transport, unele locuri deschise aglomerate – magazine, policlinică, școală.



În cazul în care copilul dumneavoastră merge la școală și îl însoțiți, evitați aglomerația. Pentru recuperarea copilului la terminarea orelor, stabiliți un punct de întâlnire, pentru evitarea aglomerației de la poartă. Respectați regulile, dacă acestea prevăd măsuri de distanțare fizică în zona școlii. La terminarea orelor, evitați pe cât posibil contactul fizic cu copilul până ajungeți acasă, vă spălați pe mâini și vă schimbați hainele.

Luați în considerare în permanență starea de sănătate a copilului și a membrilor familiei, traseul spre școală și cum poate fi parcurs în siguranță.

Explicați-i copilului sau adolescentului ce înseamnă măsurile de izolare și carantinare care se iau pentru persoanele diagnosticate cu COVID-19 și contactii acestora.



CUM SĂ FII BINE PROTEJAT DE INFECȚIA CU NOUL CORONAVIRUS (COVID-19)



Folosește apa și săpunul pentru a te spăla temeinic pe mâini sau **dezinfectează-ți mâinile** cu o soluție pe bază de alcool, chiar dacă nu ți se pare că sunt murdare.

Spală-te pe mâini:

- înainte de fiecare masă sau gustare;
- când te întorci acasă;
- ori de câte ori atingi un obiect pe care l-au atins și alții (cum ar fi clanța ușii);
- după ce ai utilizat toaleta.



Virusul poate pătrunde în corp prin **ochi, nas sau gură**, așa că este important să **nu îți atingi fața** dacă mâinile nu sunt **bine spălate sau dezinfectate**.



Poartă masca pentru a te feri pe tine și pe ceilalți de infecție.



La nevoie, strănută sau tușește **într-un șervețel, aruncă-l imediat** la un coș cu capac și **spală-te bine pe mâini**.



Simți că **ai febră** sau e ceva în neregulă cu starea ta de sănătate? **Te doare gâtul, tușești sau respiri mai greu?** Anunță imediat un adult – părinte, cadru didactic sau cabinetul medical școlar.



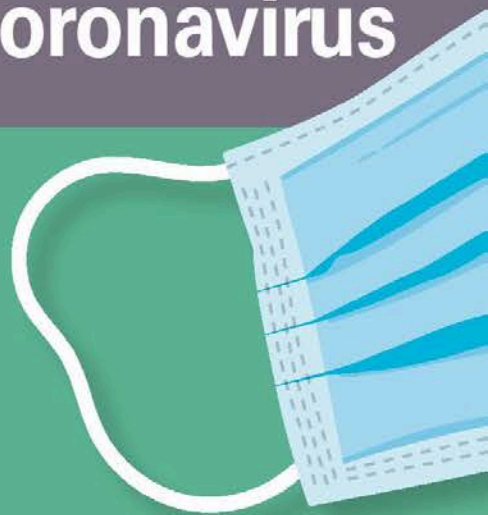
Menține permanent o **distanță de cel puțin 1 metru** față de alte persoane. Respectă măsurile de distanțare luate de școală, ele sunt pentru siguranța ta!



Cum să purtați corect masca pentru a vă proteja de coronavirus



Înainte de a pune masca, curățați mâinile cu apă și săpun sau cu un dezinfectant ce conține minimum 60% alcool.



1



Potrivii masca cu partea colorată în exterior.

2



Fixați masca pe nas apăsând firul metalic.

3



Masca trebuie să acopere atât gura – pentru a nu transmite microbi și viruși în aer, cât și nasul – pentru a nu inspira microbi și viruși.

4



După utilizare, îndepărtați masca apucând-o de benzile elastice, fără a vă atinge fața.

Masca este un obiect de utilizare strict personală.



Nu folosiți o mască ruptă sau umedă.



Nu atingeți masca în timp ce o folosiți.

Nu înlăturați masca în timp ce vorbiți cu cineva.



Nu purtați masca sub bărbie sau agățată de braț.



Nu refolosiți o mască de unică folosință.



Nu lăsați masca la îndemâna altcuiva.



Nu folosiți masca împreună cu altă persoană.



Sfaturi pentru părinți

Învățați-vă copilul să respecte regulile de siguranță din unitatea preșcolară



1 Să își spele mâinile cu apă și săpun, minim 20 de secunde.



2 Să folosească un șervețel ce se va arunca la coș sau să strănute și să tușească în pliul cotului, iar apoi să își spele mâinile.

3 Să păstreze distanța fizică față de ceilalți.



4 Să evite să își atingă fața, gura, nasul sau ochii cu mâinile neigienizate.



5 Să nu consume alimente/băuturi și să nu utilizeze căni sau alte ustensile în comun cu ceilalți copii.

6 Să nu ducă jucării la gură.



7 Să le adreseze întrebări educatorilor când are neclarități.

8 Să le împărtășească părinților ceea ce învață legat de măsurile de prevenție.

9 Să fie propriul erou când e vorba de siguranța sa.



Sfaturi pentru părinți

Redeschiderea grădinițelor

Este esențial să urmăriți starea de sănătate a copilului dumneavoastră, inclusiv prin măsurarea temperaturii și examinarea pielii și a faringelui și să nu îl trimiteți la grădiniță dacă nu se simte bine. Acest lucru este foarte important pentru a vă asigura că starea copilului dumneavoastră nu se agravează și că ceilalți copii nu se îmbolnăvesc, iar grădinițele rămân un mediu sigur pentru copii.

Solicitați informații cu privire la măsurile de siguranță luate de creșă/grădiniță/școală și discutați cu membrii familiei dumneavoastră modul în care puteți să vă învățați copilul să le respecte.



Dacă o persoană din casă este infectată sau suspectă de COVID-19, asigurați-vă că fiul sau fiica dumneavoastră nu intră în contact cu persoana bolnavă și nu merge la grădiniță, anunțând unitatea de învățământ despre această situație.



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII



MINISTERUL SĂNĂȚĂII



Centrul pentru Educație și
Dezvoltare Profesională
Step by Step

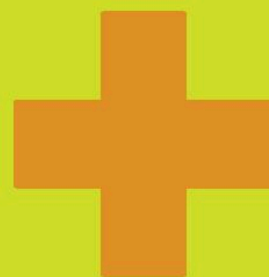


Sfaturi pentru părinți

Redeschiderea școlilor

1

Solicitați informații despre existența unui cabinet medical în unitatea de învățământ frecventată de copilul dumneavoastră și despre orarul de funcționare al acestuia.



2

Contactați personalul medico-sanitar din cabinetul medical școlar pentru:



- obținerea de informații despre măsurile de siguranță sanitară din unitatea de învățământ, documentele medicale necesare a fi prezentate în diferitele situații generate de pandemia SARS-CoV-2;

- anunțarea contactului copilului/familiei cu o persoană confirmată/suspectă de infecția cu noul coronavirus, pentru a putea fi luate măsurile de prevenție impuse în colectivitate;

- actualizarea numărului dumneavoastră de telefon/a modalităților de a fi contactat(ă).

Recomandări pentru personalul medical școlar

1 Colaborați strâns cu managementul unității de învățământ, copiii și părinții acestora în adoptarea măsurilor corecte de siguranță sanitară în unitatea de învățământ, adaptate la specificul acesteia:

- asigurați-vă că măsurile sunt transmise în mod clar și adecvat vârstei;

- verificați aplicarea planurilor recomandate la nivelul unității de învățământ;

- identificați persoanele vulnerabile/aflate în dificultate și cu un risc crescut de îmbolnăvire;

- verificați dacă există dotare adecvată cu materiale igienico-sanitare și de dezinfecție;

- construiți o rutină zilnică în aplicarea măsurilor de igienă a mâinilor prin activități educative la clasă;

- verificați dacă persoanele care prezintă diverse alergii de contact la anumite substanțe dezinfectante utilizează în mod adecvat apa și săpunul;

- promovați activ și exemplificați importanța spălării pe mâini în mod regulat, dezvoltând și alte comportamente pozitive de igienă;

- încurajați spălarea pe mâini în mod frecvent și riguros;

- evidențiați rolul purtării în mod corect a măștii de protecție;

- monitorizați măsurile propuse pentru a fi puse în aplicare;

- verificați dacă deșeurile sunt colectate, depozitate și aruncate în siguranță;

- sprijiniți eforturile școlii privind aplicarea măsurilor de prevenire a îmbolnăvirilor;

- fiți la curent cu cele mai noi informații;

- verificați că măsurile de salubritate și igienizare sunt efectuate frecvent și că, în acest scop, există produsele necesare achiziționate în cantități suficiente;

- promovați comunicarea copiilor și a familiei cu personalul cabinetului medical;

- asigurați-vă că aveți sprijinul unității de învățământ și că puteți răspunde în mod adecvat și adaptat la întrebările și grijile copiilor;

- fiți alături de personalul din unitățile de învățământ și evaluați nevoile de creștere a frecvenței curățeniei și a dezinfecției în spațiile de învățământ;

- verificați să existe ventilație eficientă și adecvată în spațiile unității de învățământ;

- verificați dacă personalul care manevrează și utilizează produsele de igienizare și dezinfecție a citit recomandările producătorului, a înțeles și a urmat întocmai cele menționate în instrucțiuni.

2 Stabiliți împreună cu conducerea unității de învățământ responsabilități clare ale fiecărei categorii de personal, astfel încât să fie acoperită în mod corect și eficient întreaga gamă de sarcini presupuse de această situație pandemică.

3 Stabiliți ce fel de informații vor fi transmise către copii și părinți și de către cine, astfel încât să nu existe lipsă de concordanță între informațiile sosite de la diferite persoane din unitatea de învățământ.

4 Afișați în sala de așteptare materiale educative numai din surse autorizate.

5 Solicitați îndrumare metodologică numai forurilor profesionale competente, păstrați permanent legătura cu acestea.

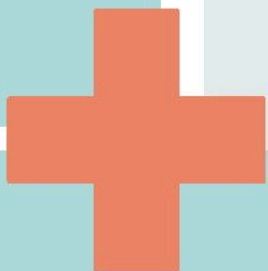
6 Actualizați permanent evidențele legate de toate măsurile luate, modul de gestionare al acestora, eventualii suspecți/ infectați/contacti.

Sfaturi pentru elevi, pentru colaborarea cu cabinetul medical școlar

Solicită personalului medico-sanitar al cabinetului medical școlar informații despre COVID-19 și despre modul în care poți respecta cel mai bine măsurile de distanțare și cele de igienă astfel încât să fii în siguranță, în mod responsabil.

La cel mai mic semn de creștere a temperaturii, frisoane (senzație de frig), tuse, alte semne neobișnuite prezintă-te la cabinet și respectă instrucțiunile primite.

Păstrează distanța în sala de așteptare, poartă masca tot timpul.



Sfaturi pentru elevi

Cum să fii în siguranță la întoarcerea în școală

Asigură-te că nu ai temperatură și nu te simți rău înainte de a pleca de acasă. Spune-le părinților dacă este ceva în neregulă.



Păstrează asupra ta, în permanență, două măști de unică utilizare ambalate individual și un flacon de dezinfectant pentru mâini.

Spală-te pe mâini cât mai frecvent posibil sau folosește un dezinfectant pe bază de alcool: de fiecare dată când pleci/sosești de acasă, înainte de a pune masca și după ce o dai jos, la sosirea în școală, când folosești toaleta sau când atingi obiecte pe care le-au atins și alții.



Dacă folosești transportul în comun, poartă întotdeauna mască, stai la distanță de ceilalți călători, iar la coborâre curăță-ți mâinile cu dezinfectant.



Când ajungi la școală, păstrează distanța față de colegi/orice altă persoană. În clasă și în pauză, urmărește indicațiile și marcajele existente. Respectă măsurile de distanțare luate de școală, ele sunt pentru siguranța ta.

Dacă strănuți sau tușești, folosește un șervețel sau în pliul cotului. Spală-te pe mâini sau dezinfectează-le după aceea. Dacă ai folosit un șervețel, aruncă-l imediat într-un coș de gunoi cu capac. Procedează la fel și cu măștile folosite, după ce le dai jos.



Dacă îți este rău la școală, anunță profesorii, iar aceștia vor anunța părinții imediat.

Servește masa și bea apă/ceai acasă. Dacă trebuie să mănânci/bei la școală fă-o numai în locurile special amenajate pentru această activitate, la distanță de orice altă persoană, după îndepărtarea igienică a măștii și spălarea temeinică a mâinilor, numai din alimentele proprii. După servirea mesei aplică o nouă mască.



Evită total schimbul de orice fel de obiecte cu colegii. Dezinfectează-ți constant telefonul mobil, mai ales dacă l-ai folosit la școală sau în mijloacele de transport.



SUCCES LA ȘCOALĂ!

Sfaturi pentru părinți

Cum să comunicăm eficient cu școala

Vă încurajăm să păstrați legătura cu școala pentru a putea lua cele mai bune decizii, astfel încât copilul dumneavoastră să își continue educația în condiții de siguranță. O comunicare dinspre părinte către școală și dinspre școală către părinte va asigura un spațiu sigur, de ascultare a îngrijorărilor privind COVID-19 și de transmitere de informații despre virus.

Informații pe care le puteți cere școlii:

- 1 Informații actualizate privind situația COVID-19 din școală și măsurile luate de școală pentru a reduce riscurile la care sunt expuși elevii.
- 2 Măsurile/acțiunile așteptate din partea părinților și a elevilor.
- 3 Sfaturi privind bunele practici de sănătate și igienă. Promovarea măsurilor zilnice de protecție, detalierea metodelor prin care poate fi oprită răspândirea noului coronavirus.
- 4 Informații privind persoanele pe care le pot contacta în cazul în care au întrebări sau îngrijorări referitoare la COVID-19.
- 5 Informații despre apariția unor infectări în școală și soluțiile propuse de școală pentru a evita alte infectări.
- 6 Informații despre felul în care părinții pot susține învățarea, informații despre felul în care aceștia pot susține școlile în a deveni mai bune.
- 7 Informații despre schimbările apărute în curriculumul și în programul școlar.
- 8 Informații privind suportul psihologic oferit de școală.
- 9 Informații despre măsurile luate pentru ca elevii cu afecțiuni medicale preexistente să își poată continua educația (online sau în școli).
- 10 Informații despre mecanismele existente de comunicare a îngrijorărilor către personalul didactic, inclusiv posibilități de întâlniri online în care părinții își pot exprima opiniile și prioritățile.