



# Cara mamma, caro papà

**ti assegno 13 compiti per iniziare tutti serenamente l'anno scolastico nella scuola dell'infanzia:**

## 1. Misura la temperatura

Controlla tuo figlio ogni mattina per evidenziare segni di malessere. Se ha una temperatura superiore a 37,5 gradi, non può venire a scuola.

## 2. Controlla che il bambino stia bene

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 venire a scuola. Avvisa subito la scuola. Ricordati serve un certificato medico per 3 giorni di assenza.

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

Se ha avuto contatto con un caso COVID-19, non può venire a scuola. Segui con scrupolo le indicazioni della Sanità sulla quarantena.

## 4. Informa la scuola su chi deve contattare

Se non lo hai già fatto, informa la scuola su quali persone contattare in caso tuo figlio non si senta bene a scuola: nomi, 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 e spiega a tuo figlio perché è importante, rendilo divertente. Lo stesso compito verrà svolto a scuola.

## 6. Procura bottigliette/borracce con il nome

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

## 7. Insegna l'importanza della routine

Sviluppa le routine quotidiane prima e dopo la scuola, ad esempio stabilendo con esattezza le cose da mettere nello zainetto per la scuola al mattino (come disinfettante personale per le mani) e le cose da fare quando si torna a casa (lavarsi le mani immediatamente, ...)



## 8. Parla con tuo figlio delle precauzioni da prendere a scuola

- Lavare e disinfettare le mani più spesso.
- Evitare baci e abbracci con gli altri bambini.
- Evitare di condividere oggetti con altri bambini, tra cui bottiglie d'acqua, giocattoli ecc.

## 9. Dai il buon esempio

Rafforza il concetto di distanziamento fisico, di pulizia dando sempre il buon esempio.

## 10. Prepara tuo figlio al fatto che la scuola avrà un aspetto diverso

Ad es. banchi distanti tra loro, insegnanti che mantengono le distanze fisiche e la mascherina.

## 11. Rispetta gli orari di ingresso e di uscita. Dopo l'orario previsto il bambino non sarà accolto a scuola.

## 12. Osserva tuo figlio

Fai attenzione a cambiamenti nel comportamento come eccessivo pianto o irritazione, eccessiva preoccupazione o tristezza, cattive abitudini alimentari o del sonno, difficoltà di attenzione, che possono essere segni di stress e ansia. Però fai attenzione a non essere tu a trasmettere stress e ansia o preoccupazioni oltre misura. Chiedi informazioni sullo sportello psicologico di ascolto nella nostra scuola e di altre iniziative organizzate nel territorio per avere un parere esperto in un ambito protetto.

## 13. 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.

**Grazie dell'attenzione e della collaborazione. Iniziamo serenamente l'anno scolastico.**

