



MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



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!



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.

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.

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.



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.

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.