



Prontuario delle regole generali anti-COVID per gli ALUNNI DELLA SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO

1. A casa, **misura la temperatura** tutti i giorni prima di venire a scuola. Fallo anche se ti senti benissimo. Se gli adulti se ne dimenticano, sii tu a ricordarti di farlo.
2. In caso di **sintomi influenzali** non bisogna venire a scuola, ma bisogna telefonare al medico.
3. Ricordati di avere sempre nello zaino una **mascherina di riserva**, un **contenitore** dove mettere la mascherina quando la togli, un **pacchetto di fazzoletti** di carta e un **sacchetto** dove metterli quando sono usati, prima di buttarli.
4. Quando prepari lo zaino, **assicurati di avere tutto il materiale che ti servirà** (astuccio, diario, libri e quaderni delle **SOLE** materie in orario, merende, borraccia, materiale per palestra o materie pratiche ecc) perché non potrai prenderlo in prestito né fartelo portare a scuola.
5. Non arrivare troppo in anticipo rispetto alla campana di ingresso. In attesa di entrare mantieni il distanziamento e usa la mascherina.
6. Entra seguendo il percorso indicato per la tua classe.
7. Una volta in aula, raggiungi il tuo posto, sistema il tuo giubbotto sullo schienale della sedia e lo zaino sotto la sedia o sotto il banco. Controlla che il banco sia posizionato correttamente, siediti e attendi l'inizio della lezione.
8. **Segui sempre le regole date dall'insegnante.**
9. Mantieni sempre il **distanziamento** fisico di 1 metro.
10. **Igienizza le mani** all'inizio delle lezioni e più volte durante la giornata, prima e dopo aver toccato oggetti o superfici di uso comune. Utilizza il dispenser disponibile in ogni aula sotto la supervisione dell'insegnante. Ogni volta che vai in bagno **lava bene le mani** utilizzando il sapone e asciugale con le salviette di carta. Segui le istruzioni che trovi sul cartello per un corretto lavaggio delle mani.
11. Tossisci e starnutisci utilizzando un fazzoletto di carta o nella piega del gomito. Evita di toccarti il viso e soprattutto gli occhi con le mani.
12. **Indossa sempre la mascherina.** Potrai abbassarla quando tutti sono seduti correttamente al proprio posto. La devi indossare in tutte le situazioni in cui non hai la certezza di poter mantenere il distanziamento fisico di almeno 1 metro dalle altre persone. Indossa la mascherina anche quando lasci il tuo posto per raggiungere la cattedra o per uscire dall'aula o quando una compagna o un compagno o lo stesso insegnante, in movimento, si avvicinano a te a meno di 1 metro di distanza.
13. Usa la **mascherina chirurgica fornita dalla scuola**, perché secondo le indicazioni degli esperti è quella che protegge meglio te e gli altri. Cambia la mascherina ogni giorno oppure quando diventa umida, evitando di maneggiarla, sia dalla parte interna che dalla parte esterna, o di appoggiarla su superfici non disinfettate. Se decidi di usare la tua **mascherina personale** (è una possibilità concessa anche se NON consigliata) **DEVI AVERNE ALMENO DUE PERCHÉ VA CAMBIATA E LAVATA TUTTI I GIORNI.**
14. Durante le lezioni rimani al tuo posto evitando movimenti che riducono la distanza dai compagni vicini a meno di 1 metro. Se necessario, alzati e spostati dal tuo banco indossando correttamente la mascherina e solo dopo aver ricevuto l'autorizzazione dell'insegnante.
15. Ricorda che **l'aula va arieggiata** aprendo le finestre almeno ad ogni cambio d'ora (per almeno 10 minuti) oppure durante la lezione su indicazione dell'insegnante.
16. **Usa solo il tuo materiale** e non darlo in prestito ai compagni.

17. Per l'**intervallo** segui le indicazioni stabilite per la tua classe.
18. Se devi andare in **palestra** o in un **laboratorio**, indossa la mascherina, aspetta l'insegnante e procedi assieme ai compagni rispettando la distanza interpersonale di sicurezza.
19. Se non ti senti bene mentre sei a scuola, avvisa l'insegnante. Verrai accompagnata/o in un'aula apposita dove attenderai l'arrivo dei tuoi genitori che ti riporteranno a casa. Una volta a casa, chiamate insieme il medico di famiglia per chiedere una diagnosi.
20. Al suono della campanella per l'**uscita dall'aula** dell'intera classe, indossa correttamente la mascherina, riprendi i tuoi effetti personali, alzati e muoviti ordinatamente insieme ai compagni della tua fila. Le file si muoveranno partendo da quella più vicina alla porta di uscita, e via via fino a quella più distante. Durante l'uscita **segui il percorso e lascia rapidamente la scuola** senza fermarti negli spazi comuni.

Ricordiamoci che, seguendo le regole, OGNUNO PROTEGGE TUTTI.