



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

a.s. 2021-22

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 chirurgica.** Potrai abbassarla solo per il tempo necessario per bere o mangiare la merenda. Presta particolare attenzione quando ti avvicini a meno di un metro di distanza dalle altre persone, o qualcuno si avvicina a te: sia tu che gli altri dovete avere la mascherina ben indossata a coprire anche il naso. Questo significa che mentre si fa merenda, non potendo indossare la mascherina, occorre mantenere la distanza di un metro.
13. Usa la **mascherina chirurgica preferibilmente quella 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. **Non è più consentito l'uso di mascherine di comunità (stoffa).**
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.