

# ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE "G.Asproni"



IGLESIAS

LICEO SCIENTIFICO "G. Asproni"  
LICEO SCIENTIFICO Opzione SCIENZE APPLICATE  
LICEO SCIENTIFICO SPORTIVO

LICEO ARTISTICO "R. Branca"  
(Arti Figurative – Architettura e Ambiente – Design)

E-mail: [cais01300v@istruzione.it](mailto:cais01300v@istruzione.it) - mail certificata: [cais01300v@pec.istruzione.it](mailto:cais01300v@pec.istruzione.it)

SITO WEB: [www.liceoasproni.it](http://www.liceoasproni.it)



R. Branca

## Gentili Genitori,

**Ecco i 17 compiti per iniziare tutti serenamente l'anno scolastico:**

### 1. Misurate la temperatura

Controllate vostro figlio ogni mattina per evidenziare segni di malessere. Se ha una temperatura superiore a 37,5 gradi, non può andare a scuola.

### 2. Controllate che vostro figlio stia bene

Assicuratevi 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 andare a scuola.

### 3. Niente scuola se vostro figlio ha avuto contatti con casi positivi

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

### 4. Informate la scuola su chi deve contattare

Se non lo avete già fatto, informate la scuola su quali persone contattare in caso vostro 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 fate praticare le corrette tecniche di lavaggio delle mani, soprattutto prima e dopo aver mangiato, starnutito, tossito, prima di regolare la mascherina e spiega a tuo figlio perché è importante.

### 6. Procurate bottigliette/borracce con il nome



[ph. integratorimigliori.com]



[ph. just4kidsurgentcare.com]

Procurate a vostro figlio una bottiglietta di acqua identificabile con nome e cognome.

## 7. Insegnate l'importanza della routine

Sviluppate le routine quotidiane prima e dopo la scuola, ad esempio stabilendo con esattezza le cose da mettere nello zaino per la scuola al mattino (come disinfettante personale per le mani e una mascherina in più) e le cose da fare quando si torna a casa (lavarsi le mani immediatamente, dove riporre la mascherina a seconda che sia monouso o lavabile; ...)

## 8. Parlate con vostro figlio delle precauzioni da prendere a scuola

- Lavare e disinfettare le mani più spesso.
- Mantenere la distanza fisica dagli altri studenti.
- Indossare la mascherina.
- Evitare di condividere oggetti con altri studenti, tra cui bottiglie d'acqua, dispositivi, strumenti di scrittura, libri...

## 9. Parlate con la scuola

Informatevi su come la scuola comunicherà alle famiglie un eventuale caso di contagio da COVID-19 e sulle regole che in questi casi verranno seguite. Sul sito web c'è una apposita sezione dedicata all'emergenza.

## 10. Pensate ai trasporti

Pianificate e organizzate il trasporto di vostro figlio per e dalla scuola:

- Spiegategli che non può mettersi le mani in bocca. Accertatevi che abbia compreso l'importanza di rispettare le regole da seguire a bordo
- Se va in auto con altri compagni, accompagnato dai genitori di uno di questi, spiegategli che deve sempre seguire le regole: mascherina, distanziamento, pulizia delle mani.

## 11. Informatevi sulle regole adottate dalla scuola

Per esempio quelle per entrata e uscita, l'educazione fisica e le attività libere (come la ricreazione), in modo da presentarle a vostro figlio e sostenerle, chiedendogli di rispettarle con scrupolo. Potete trovare i regolamenti nella apposita sezione del sito web.

## 12. Date il buon esempio

Rafforzate il concetto di distanziamento fisico, di pulizia e di uso della mascherina, dando sempre il buon esempio.

## 13. Tenete a casa una scorta di mascherine per poterle cambiare ogni volta che sia necessario

Fornite a vostro figlio una mascherina di ricambio nello zaino, chiusa in un contenitore. Se fornite mascherine riutilizzabili, fornite anche un sacchetto dentro cui riporre quella usata per portarla a casa per essere lavata.

Se usate mascherine di cotone riutilizzabili, esse devono:

- coprire naso e bocca e l'inizio delle guance



[ph. abiliaproteggere.net]



[ph. corriere.it/salute]



rebourne.com

- essere fissate con lacci alle orecchie
- avere almeno due strati di tessuto
- consentire la respirazione
- essere lavabili con sapone a mano o in lavatrice ed essere stirate (il vapore a 90° è un ottimo disinfettante naturale e senza controindicazioni).

Se fornite a vostro figlio delle mascherine di stoffa, fate in modo che siano riconoscibili e non possano essere confuse con quelle di altri allievi.

#### **14. Allenate vostro figlio a togliere e mettere la mascherina toccando soltanto i lacci**

#### **15. Spiegate a vostro figlio che a scuola potrebbe incontrare dei compagni che non possono mettere la mascherina.**

Di conseguenza lui deve mantenere la distanza di sicurezza, deve tenere la mascherina e seguire le indicazioni degli insegnanti. Prendete in considerazione l'idea di fornire a vostro figlio un contenitore (ad es. un sacchetto richiudibile etichettato) da portare a scuola per riporre la mascherina quando mangia; assicuratevi che sappia che non deve appoggiare la mascherina su qualsiasi superficie, né sporcarla.

#### **16. Parlate con vostro figlio**

Dopo il rientro a scuola informatevi su come vanno le cose e sulle interazioni con compagni di classe e insegnanti. Scoprite come si sente vostro figlio e se si sente spiazzato dalle novità. Aiutatelo ad elaborare eventuali disagi; se vi segnala comportamenti non adeguati da parte di altri allievi, parlatene subito con gli insegnanti e con il Dirigente Scolastico. Fate attenzione a cambiamenti nel comportamento come eccessivo irritazione, eccessiva preoccupazione o tristezza, cattive abitudini alimentari o del sonno, difficoltà di concentrazione, che possono essere segni di stress e ansia. Però attenzione a non essere voi a trasmettere stress e ansia o preoccupazioni oltre misura. Chiedete informazioni a nostra scuola per avere un parere esperto in un ambito protetto.

#### **17. Partecipate alle riunioni scolastiche, anche se a distanza**

Essere informati e connessi può ridurre i vostri sentimenti di ansia e offrirvi un modo per esprimere e razionalizzare eventuali vostre preoccupazioni.

**Grazie dell'attenzione e della collaborazione.**

**Iniziamo serenamente l'anno scolastico.**



[ph. modenatoday.it]



[ph. parafarmaciatore.it]



[ph. laist.com]