

ANNEX I

INSTRUCCIONS PER A ALUMNAT

Abans d'anar a el centre

Si presentes símptomes compatibles amb la COVID-19 (febre, tos, sensació de falta d'aire, disminució de l'olfacte i de gust, calfreds, mal de coll, mal de cap, debilitat general, dolors musculars, diarrea o vòmits) no has d'acudir al centre i has de contactar amb el telèfon del teu centre d'Atenció Primària. Un cop hages parlat amb el teu centre de salut avisaràs per telèfon al 964 405640 al centre i ho comunicaràs a qualsevol membre de l'equip directiu per informar de la situació. En cas d'aïllament, s'activarà protocol d'ensenyament a distància.

Tampoc pots acudir al centre si et trobes en període de quarantena domiciliària per haver tingut contacte amb alguna persona amb símptomes o diagnosticat de la COVID-19.

No has d'acudir a centre educatiu fins que finalitze el període d'aïllament.

Si has estat en contacte estret (familiars, convivents i persones que hagen tingut contacte amb el cas, des de 48 hores abans de l'inici de símptomes, a una distància menor de 2 metres, durant un temps d'almenys 15 minuts) o has compartit espai sense guardar la distància interpersonal durant més de 15 minuts amb una persona afectada per la COVID-19, tampoc has d'acudir al centre educatiu, fins i tot en absència de símptomes, per un temps d'almenys 14 dies.

Si utilitzes el transport per acudir al centre educatiu, evita les aglomeracions, utilitza mascareta i mantingues en tot moment la distància interpersonal de seguretat.

És convenient que prepares tot el necessari per a les classes de manera que no siga necessari utilitzar material prestat ni compartir objectes amb els teus companys.

Quant surtigués de casa posa't la mascareta perquè és d'ús obligatori.

Porta sempre una màscara de recanvi. Preferentment utilitza higièniques reutilitzables.

Porta la teva pròpia beguda ja que les fonts d'aigua potable estaran clausurades. Llegeix atentament el protocol d'accés i sortides de el centre educatiu.

Quan vages al centre educatiu

Dirigeix-te a la porta que te corresponga preservant una distància interpersonal mínima de dos metres tant amb companys com amb el personal del centre educatiu.

Possibilita la tasca a la persona que organitza l'accés o sortida a centre i col·labora amb ells per impedir que es formen aglomeracions.

Llegeix, respecta i compleix amb el que apareix reflectit en els cartells informatius sobre higiene de mans i mesures de prevenció col·locats en el centre.

Utilitza les escales adequadament: de pujada per la teua dreta i de baixada per la teua dreta també. És recomanable una separació de quatre esglaons entre els teus companys i companyes.

No toques la barana o passamans.

Dins de l'aula

A primera hora del dia, guarda la distància de seguretat entre els companys.

Accedeix a l'aula de manera ordenada, mantenint la distància mentre esperes el teu torn.

Netegeu-vos les mans amb el gel hidroalcohòlic a l'entrada i sortida de classe.

Manteniu en tot moment la distància de seguretat d'1,5 metres dins de l'aula, tant amb els companys com amb el docent.

No compartisques objectes personals, ni material escolar, com a elements d'escriptura, calculadores o altres. Has d'assegurar de portar tot el necessari per poder seguir les classes.

En cas de ser inevitable el compartir algun material, extrema les mesures d'higiene i prevenció (higiene de mans, evitar tocar-se el nas, els ulls i la boca ...) i renta't les mans com més aviat o utilitza gel desinfectant.

Desinfecta els instruments o elements comuns, que hagen estat utilitzats pel docent o per algun dels teus companys.

Si tens classes seguides a la mateixa aula, no has d'abandonar l'aula en el canvi entre classe i classe.

Abans d'abandonar l'aula, hauràs de desinfectar la taula i la cadira que has utilitzat.

Durant els patis i accessos a les zones comunes

La sortida i entrada de pati la realitzaràs quan el teu grup estiga preparat per sortir. Circula pels passadissos respectant la direcció marcada al terra i sense fer cap carrera.

Procura relacionar-te en grups petits mantenint sempre les distàncies de seguretat entre vosaltres.

Evita formar aglomeracions a les instal·lacions del centre educatiu i procura realitzar els descansos en zones a l'aire lliure.

Respecta les senyals establertes i estigues en els espais habilitats per als descansos respectant les possibles zones restringides.

Si fas servir els ordinadors del centre, després del seu ús, neteja amb una solució desinfectant el teclat, el ratolí i la pantalla.

La font del pati estarà tancada i està completament prohibit beure aigua en els lavabos. Important portar-se l'aigua de casa.

Al sortir del centre i tornar a casa

Col·labora amb el personal que organitza la sortida i impedeix que es formen aglomeracions a les portes.

A l'arribar a casa, es recomana rentar-se les mans amb aigua i sabó, treure les sabates i, com a mesura d'higiene, se substituiran per calçat d'estar per casa.

NORMES GENERALS DE PREVENCIÓ I HIGIENE PER A L'ALUMNAT

Higiene de mans en l'entorn escolar

Es recomana mantenir en tot moment una correcta higiene de mans.

El rentat de mans amb aigua i sabó és la primera mesura d'elecció, en cas que no siga possible procedir al rentat freqüent es disposarà de gel desinfectant de mans per mantenir la higiene adequada.

Quan les mans tenen brutícia visible el gel desinfectant de mans no és suficient, i serà necessari usar aigua i sabó.

Segueix el que indiquen els cartells sobre la tècnica correcta d'higiene de mans durant 40 segons amb aigua i sabó o durant 20 segons amb solució hidroalcohòlica.

La higiene de mans s'ha de fer com a mínim en les següents situacions:

A l'acabar i començar la jornada escolar.

Abans i després d'anar a al lavabo.

Després de tossir, esternudar o mocar-se.

Evitar donar la mà.

Evitar tocar amb les mans els poms de les portes. En cas de necessitat, obrir amb el colze.

S'han d'extremar aquestes mesures d'higiene i prevenció en cas de compartir objectes.

Higiene respiratòria en l'entorn escolar

Al tossir o esternudar cobrir la boca i el nas amb el colze flexionat o amb un mocador d'un sol ús.

Evitar tocar-se el nas, els ulls i la boca perquè les mans faciliten la transmissió.

Utilitza mocadors d'un sol ús per eliminar secrecions respiratòries i llençar-los després del seu ús a una paperera amb tapa i pedal.

Després de tossir o esternudar s'han de rentar les mans amb aigua i sabó o amb solució hidroalcohòlica.

Ús de mascareta en l'entorn escolar

És obligatori l'ús de màscareta dins del centre escolar. La mascareta indicada per a població sana serà tipus higiènica i sempre que sigui possible, reutilitzable.

Al centre hauràs d'entrar amb mascareta i portar-la durant tota la jornada escolar. El centre escolar disposarà de mascaretes sol per poder reposar en cas de necessitat per trencament o imprevist, encara que és recomanable portar una altra de recanvi per si fos necessària.

En la mesura del possible, no toqueu objectes. Abans i després de ser atès, renteu-vos les mans al lavabo habilitat per a això o utilitzeu gel hidroalcohòlic, si ho creu convenient.

