

Grupul de Comunicare Strategică

reguli și recomandări de conduită sanitară pe care elevii trebuie să le aibă în vedere odată cu începerea anului școlar pentru a preveni răspândirea noului coronavirus (COVID-19)

TREI lucruri ne țin în siguranță pe noi, dar și pe ceilalți, în orice situație am fi:

1. **Masca** trebuie purtată astfel încât să acopere atât nasul, cât și gura. Masca reduce masiv riscul de răspândire a virusului! Atunci când e purtată atât de către persoana potențial infectată, cât și de către persoana neinfectată, se reduce la minimum riscul de transmitere a virusului mai departe. Utilizarea măștii în spații închise (ex: o sală de clasă) previne transmiterea virusului atunci când mai multe persoane se află simultan într-o încăpere. Tot masca face să poată fi redusă distanța minimă dintre persoane la cel puțin 1 metru în interior.

Masca trebuie purtată și în aer liber atunci când distanța dintre persoane nu poate fi menținută la cel puțin 1,5 metri sau atunci când un număr mare de persoane se află în aceeași zonă.

Nu înlăturați masca și nu o purtați sub bărbie, în special atunci când vorbiți în apropierea unei alte persoane sau în sala de clasă. Masca este individuală și NU se oferă propria mască utilizată să fie purtată de o altă persoană.

2. **Distanța fizică** trebuie păstrată la cel puțin 1 metru în interior, cu obligația purtării măștii, și cel puțin 1,5 metri în aer liber, atunci când nu este purtată masca. Păstrând distanța față de celelalte persoane aria de răspândire a virusului este redusă la minimum. Întrucât particulele care pot fi infecțioase sunt răspândite prin simpla vorbire, purtarea măștii și distanța fizică fac ca aceste particule să nu ajungă la celelalte persoane.

În sala de clasă, trebuie menținută distanța atât față de colegi, cât și față de profesori, în timpul orelor, în pauze sau în momentul sosirii/plecării de la cursuri. În cazul orelor de educație fizică vor fi evitate acele activități care presupun contactul direct între elevi sau prin intermediul obiectelor atinse frecvent (ex: jocul de echipă cu mingea)

3. **Mâinile trebuie igienizate sau dezinfectate** ori de câte ori atingem o suprafață care ar putea fi infectată (ex: clanțe, mânere, balustrade, butoane de lift). E important să ne gândim cine ar fi putut atinge respectiva suprafață înaintea noastră, întrucât cu ajutorul mâinilor putem duce mai departe cele mai multe virusuri.

Dacă mâinile noastre nu sunt igienizate/dezinfectate, atunci NU trebuie să ne atingem ochii, nasul sau gura, deoarece virusul poate fi pe mâini și în acest mod să ne infectăm. Mâinile trebuie spălate cel puțin 20 de secunde cu apă și săpun sau dezinfectate.

Trebuie să avem grijă să dezinfectăm nu doar mâinile, dar și obiectele pe care le purtăm frecvent cu noi, cum ar fi telefonul mobil.

În sala de clasă, așezați-vă întotdeauna în același loc și evitați să atingeți obiectele colegilor, scaunele și băncile ocupate de aceștia. Dezinfectați-vă mâinile de fiecare dată după ce atingeți obiecte sau suprafețe comune (ex: cretă, burete, tablă). Aveți grijă unde plasați ghiozdanul astfel încât să fie cât mai ferit de o posibilă contaminare.

Tinerii sunt afectați într-o mai mică măsură în cazul infectării cu noul coronavirus (COVID-19), DAR ei pot răspândi virusul, chiar fără să-și dea seama, către persoanele vârstnice și/sau cu boli cronice (ex: părinți, bunici, profesori, persoane cu deficiențe imunologice) în cazul cărora infectarea poate avea consecințe extrem de grave.

Din acest motiv, este foarte important ca tinerii să respecte măsurile de protecție sanitară și să avertizeze imediat atunci când prezintă simptome (ex: febră, tuse, nas înfundat, frisoane, dureri de cap, dureri musculare, stare de oboseală, etc).

Elevii cu simptome de boală NU trebuie să se prezinte la școală, iar părinții au obligația de a anunța unitatea de învățământ, precum și medicul de familie.

Părinții/ însoțitorii care conduc elevii la școală NU pot intra în instituția de învățământ decât în situații excepționale, cu aprobarea prealabilă a conducerii școlii.

Elevii care fac parte din grupe de risc în ipoteza infectării cu noul coronavirus (COVID-19), sau locuiesc cu persoane care se află în grupele de risc, pot face școala online, pe baza unei solicitări din partea părinților, în urma unei adeverințe medicale din partea medicului de familie sau a **medicului curant**.

În cazul absenței de la școală pentru cel puțin 3 zile consecutive, elevul va trebui să prezinte în momentul revenirii la școală o adeverință medicală din partea medicului de familie.

La fel ca și în anii precedenți, elevii care intră în noul ciclu de învățământ (ex: grădiniță - grupa mică, primar - clasa I, gimnaziu - clasa IV, liceal - clasa IX, postliceal) trebuie să prezinte o **adeverință de intrare în colectivitate** care poate fi eliberată de medicul de familie în cursul primei săptămâni de școală, dacă nu se regăsește în dosarul de înscriere.

Momente cheie pentru elevi în afara orelor

Drumul până la școală. Dacă este posibil, optați pentru deplasarea pietonală și evitați folosirea mijloacele de transport în comun. Dacă trebuie să utilizați transportul în comun, purtați obligatoriu mască, păstrați distanța față de celelalte persoane, evitați atingerea suprafețelor comune și dezinfecțați-vă mâinile imediat ce ați părăsit transportul în comun.

Recreația alături de colegi. Dacă purtați mască, păstrați distanța de minimum 1 metru față de colegi. Dacă vă aflați în aer liber și nu purtați mască, atunci mențineți o distanță de cel puțin 1,5 metri. Evitați să faceți schimb sau să atingeți obiectele personale pe care au pus mâna și alte persoane (ex: telefoane mobile, manuale, rechizite, etc) și dezinfecțați-vă mâinile după orice contact cu suprafețe comune.

Timpul petrecut după școală. În cazul în care, după orele petrecute la școală, mai rămâneți alături de colegi/prieteni, aveți grijă să respectați aceleași reguli sanitare, indiferent dacă persoanele alături de care vă aflați prezintă sau nu simptome de infectare. Este de preferat ca petrecerea timpului liber să aibă loc în aer liber, dacă este permisă de condițiile meteorologice.

Întoarcerea acasă. Atunci când reveniți acasă aveți grijă ca, după ce lăsați încălțăminte la intrare, să vă spălați pe mâini, să dezinfecțați obiectele personale (ex: chei, telefon mobil), să schimbați îmbrăcămintea folosită afară și să o așezați separat de îmbrăcămintea folosită în casă. Înainte de a îmbrăca noile haine, spălați-vă/dezinfecțați-vă mâinile. Acordați atenție sporită ghiozdanului, respectiv zonelor în care îl plasați și riscul de contaminare.