

MEDIDAS DE PREVENCIÓN E HIGIENE COVID-19

(Anexo III) INFORMACIÓN AL ALUMNADO

Qué debemos hacer...

ANTES DE IR AL CENTRO:

- No acudas al centro si presentas síntomas compatibles con COVID-19: Fiebre, tos, sensación de falta de aire, disminución del olfato y del gusto, escalofríos, dolor de garganta, dolor de cabeza, debilidad general, dolores musculares, diarrea o vómitos. Informa a tu familia y que contacten con tu centro de salud.
- Tampoco puedes acudir al centro si te encuentras en periodo de cuarentena domiciliaria.
- Si utilizas el transporte público para acudir al centro educativo, evita las aglomeraciones manteniendo la distancia de seguridad.
- Trae para el recreo alimentos de casa y no olvides echar tu propia bebida, las fuentes y las máquinas de alimentos estarán clausuradas. Pon tu nombre a tu botella, ya que al igual que la comida, no la podrás compartir. Recuerda preparar la comida en un envase tipo tupperware.
- Prepara todo el material diario necesario para las clases cada día, de forma que no sea necesario utilizar material prestado ni compartir objetos con tus compañeras y compañeros. No olvides tu mascarilla, obligatoria durante todo el periodo lectivo.
- Si tienes Educación Física, recuerda llevar puesta la ropa de deporte, ya que los vestuarios estarán clausurados.
- El horario de apertura del centro es de 8:15 h a 8:30 h. Sé puntual y dirígete a tu aula sin pararte, preservando la distancia interpersonal de seguridad de 1,5 m.

EN EL AULA:

- No compartas objetos personales, ni material escolar, como elementos de escritura, calculadoras, otros. Debes asegurarte de llevar todo lo necesario para poder seguir las clases.
- No te cambies de sitio, tu mesa es tu espacio personal.
- Extrema las medidas de higiene y prevención, evita tocarte la nariz, los ojos y la boca.
- Si sales al baño, tanto a la ida como a la vuelta, no olvides lavarte las manos o utilizar gel desinfectante. No podrás rellenar agua en los grifos de los aseos.
- Si tienes clases seguidas, no debes de abandonar el aula en el cambio entre clase y clase.
- Al final de las clases diarias tu mesa debe quedar totalmente libres de libros y materiales para proceder a una correcta desinfección del aula.

DURANTE EL RECREO Y EN ZONAS COMUNES:

- Procura relacionarte sólo con compañeras y compañeros de tu grupo manteniendo siempre las distancias de seguridad entre vosotros.
- No puedes permanecer en los pasillos ni en zonas de paso.
- Respeta las señales establecidas.
- Debes volver a entrar al aula de manera ordenada cumpliendo con las normas que se te indiquen.
- Evita tocar a otras personas, sus objetos o superficies en las zonas comunes.
- Circula siempre por la derecha.

AL SALIR DEL CENTRO Y VOLVER A CASA:

- Colabora con el personal que organiza la salida e impide que se formen aglomeraciones en las puertas.
- Antes de salir del centro recuerda limpiarte las manos con gel desinfectante.
- Al llegar a casa, se recomienda lavarse las manos con agua y jabón, quitarse los zapatos y, como medida de higiene, se sustituirán por calzado para estar en casa. Se recomienda lavar la ropa que se ha usado.

Normas de Higiene y desinfección

Higiene de manos:

- Técnica correcta de higiene de manos: durante 40 segundos con agua y jabón o durante 20 segundos con solución hidroalcohólica.
- La higiene de manos se realizará como mínimo en las siguientes situaciones:
 - Al empezar y finalizar la jornada escolar.
 - Antes y después de ir al baño.
 - Después de toser, estornudar o sonarse la nariz.
 - Antes y después de comer.
 - Después de cada contacto con fluidos corporales de otras personas.
 - Siempre que las manos estén visiblemente sucias.
 - Después de usar o compartir espacios múltiples o equipos (como mesas, ratones de ordenador etc.).
- Evitar dar la mano.

Higiene respiratoria:

- Al toser o estornudar cubrir la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable.
- Evitar tocarse la nariz, los ojos y la boca ya que las manos facilitan la transmisión.
- Usar pañuelos desechables para eliminar secreciones respiratorias y tirarlos tras su uso en la papelera.

RECUERDA: EL USO DE LA MASCARILLA ES OBLIGATORIO EN TODO EL CENTRO.