

Insieme per ripartire sicuri:  
le regole fondamentali

## Rapporto ISS Covid-19 n.58 - sintomi più comuni di COVID-19 :

Nei bambini	Negli adulti
Febbre Tosse Cefalea Sintomi gastrointestinali (nausea, vomito e diarrea) Faringodinia Dispnea Mialgie Rinorrea Congestione nasale	Febbre Brividi Tosse Difficoltà respiratoria Perdita improvvisa o diminuzione dell'olfatto e/o del gusto Rinorrea/congestione nasale Faringodinia Diarrea

### Prima di andare a scuola



Controlla lo stato di salute di tuo figlio, accertandoti che non abbia i seguenti sintomi:

- tosse
- mal di gola
- raffreddore
- mal di testa
- diarrea
- vomito o dolori muscolari

Se tuo figlio ha almeno uno di questi sintomi, non può andare a scuola

Misura la febbre di tuo figlio tutte le mattine. In caso di febbre non può andare a scuola e occorre chiamare il Pediatra di libera scelta.

Comunica sempre le assenze del bambino per motivi sanitari (anche se non legati al Covid-19)

Se tuo figlio è stato dichiarato “contatto stretto” di una persona positiva al Covid-19 dal Servizio di Igiene della tua Asl, non può andare a scuola; in questo caso, segui le disposizioni del pediatra per la quarantena e avverti il referente scolastico Covid-19 indicato dalla scuola

Comunica alla scuola quali persone contattare in caso tuo figlio manifesti sintomi di malessere a scuola: Nomi, Cognomi, telefoni fissi o cellulari, luoghi di lavoro, ogni ulteriore informazione utile

**Dai il buon esempio e aiuta tuo figlio a seguire i corretti comportamenti**

### Prima di venire a scuola



Prima di uscire di casa controlla sempre il tuo stato di salute, accertandoti di non avere i seguenti sintomi:

- tosse
- mal di gola
- raffreddore
- mal di testa
- diarrea
- vomito o dolori muscolari

Se hai almeno uno di questi sintomi, non puoi andare a scuola

Misura la febbre tutte le mattine con l'aiuto di un adulto. In caso di febbre non puoi andare a scuola e occorre chiamare il Pediatra di libera scelta o il Medico di Medicina Generale

Ricorda ai tuoi genitori o adulti di riferimento di comunicare sempre assenze per motivi sanitari (anche se non legati al Covid-19)

Se sei stato dichiarato “contatto stretto” di una persona positiva al Covid-19 dal Servizio di Igiene della tua Asl, non puoi andare a scuola; in questo caso, insieme ai tuoi genitori, segui le disposizioni del medico per la quarantena e avverti il referente scolastico Covid-19 indicato dalla tua scuola

**Se non lo hai già fatto scarica l'App IMMUNI per facilitare il tracciamento dei contatti**

## Segui tutte le precauzioni per proteggere te stesso e gli altri



**Lava le mani**  
correttamente e  
frequentemente



**Evita contatti  
ravvicinati**, strette di  
mano, baci e abbracci



Mantieni sempre la  
distanza di sicurezza  
dagli altri di **almeno  
un metro**



**Non scambiare le  
mascherine** con  
i compagni



Segui le indicazioni  
della tua scuola  
sull'utilizzo della  
**mascherina**



**Non scambiare**  
con i tuoi compagni  
bottiglie, penne e  
matite, libri ecc..



Evita ogni forma di  
**assembramento**



**Evita di toccare**  
occhi, naso e bocca

Segui le norme igieniche in caso di  
starnuti o tosse

- a. coprire bocca e naso durante  
starnuti o tosse**, utilizzando fazzoletti o,  
in mancanza d'altro, la piega del gomito
- b. eliminare il fazzoletto** di carta nel più  
vicino raccoglitore di rifiuti
- c. praticare l'igiene delle mani** subito  
dopo, con lavaggio o soluzione idroalcolica



Uno strumento in più contro l'epidemia  
Immuni è un'app creata per aiutarci a  
combattere l'epidemia di COVID-19.  
L'app utilizza la tecnologia per avvertire gli  
utenti che hanno avuto un'esposizione a  
rischio, anche se sono asintomatici.  
A chi si è trovato a stretto contatto con un  
utente risultato positivo al virus del COVID-19,  
l'app invia una notifica che lo avverte del  
potenziale rischio di essere stato contagiato.