**Drodzy Rodzice,**

**Dołożymy wszelkich starań, by Wasze dzieci uczyły się w szkole stacjonarnej w bezpiecznych i higienicznych warunkach. Musimy jednak współpracować i wszyscy stosować się do zasad, które pozwolą zapobiegać rozprzestrzenianiu się wirusa Covid19.**

**Oto najważniejsze z nich:**

* **Nie posyłaj do szkoły i placówki chorego dziecka**

Jeżeli zaobserwuje u dziecka objawy, które mogą sugerować chorobę zakaźną, w tym:

* kaszel,
* temperaturę wskazującą na stan podgorączkowy lub gorączkę,
* bóle mięśni i ogólne zmęczenie,
* utratę węchu o nagłym początku,
* utratę lub zaburzenia smaku o nagłym początku
* wysypkę.

pozostaw dziecko w domu, obserwuj jego stan zdrowia i skorzystaj z teleporady u lekarza pediatry, u którego leczysz swoje dziecko.

Jeżeli stan dziecka budzi Twój niepokój (występuje duszność, problemy z oddychaniem) nie czekaj, zadzwoń na numer alarmowy 112 lub 999, bądź **własnym środkiem transportu** zawieź dziecko do szpitala z oddziałem zakaźnym lub oddziałem obserwacyjno-zakaźnym, gdzie lekarze określą dalszy tryb postępowania medycznego.

Poinformuj szkołę o chorobie dziecka. Nawet, jeżeli to tylko przeziębienie, powinno zostać w domu.

Koledzy i nauczyciele prześlą mu lekcje i pomogą w nauce, by nie miało zaległości w szkole.

* **Sprawdzaj na bieżąco informacje od dyrektora szkoły lub nauczycieli**

W związku z trwającym stanem epidemii i zapewnieniem bezpieczeństwa i komfortu Twojemu dziecku podczas odbywania edukacji w roku szkolnym 2020/2021, sprawdzaj na bieżąco i regularnie stronę internetowa szkoły [www.zsb.jaslo.pl](http://www.zsb.jaslo.pl) oraz elektroniczny dziennik swojego dziecka.

Szkoła (dyrekcja, nauczyciele) poprzez elektroniczny dziennik będą przekazywać ważne informacje dotyczące sytuacji w szkole, jak i odnoszące się do Twojego dziecka w kontekście epidemii SARS-CoV- Stosuj informacje zawarte w elektronicznym dzienniku swojego dziecka. Bądź w stałym kontakcie ze szkołą.

Pamiętaj, zawsze od razu odbieraj telefon ze szkoły, a jeśli nie możesz, odzwoń jak najszybciej. Wszystkie zalecenia i wytyczne są powodowane dobrem Twojego dziecka.

* **Organizuj dziecku jak najwięcej czasu na świeżym powietrzu**

Z uwagi na zminimalizowane ryzyko rozprzestrzeniania się wirusa w otwartej przestrzeni pod warunkiem ciągłego zachowania dystansu społecznego[[1]](#footnote-1) niezwykle ważne jest aby możliwie jak najczęściej spędzać czas na świeżym powietrzu niż
w zamkniętych pomieszczeniach.

Aktywność fizyczna jest nie tylko istotna dla utrzymania prawidłowej masy ciała, ale ma ogromne znaczenie przy budowaniu prawidłowej odporności organizmu.

Zalety przebywania na świeżym powietrzu:

* dawka energii – zajęcia lub sport w plenerze z przyjemnym powiewem świeżego powietrza to czysta przyjemność!
* hartowanie organizmu – przebywanie na świeżym powietrzu nie musi się odnosić wyłącznie do ciepłych słonecznych dni!
* poprawa samopoczucia – umożliwiasz uczniom dotlenić organizm!
* dawka witaminy D3 – przebywanie na słońcu pomoże wzmocnić układ odpornościowy!
* poczucie swobody – unikasz zatłoczonych pomieszczeń!
* brak ograniczeń co do formy aktywności fizycznej - umożliwiasz przeprowadzenie wielu zabaw, gier czy też ćwiczeń, których nie jesteś w stanie zrealizować w pomieszczeniu!
* **Przypomnij dziecku, że zasady bezpieczeństwa obowiązują przed lekcjami i po nich**

Do zakażenia wirusem SARS-CoV-2 możne dojść wszędzie, nie tylko w szkole. W trakcie podróży do szkoły, w środkach komunikacji miejskiej czy robiąc zakupy w sklepie. Istotne jest zatem aby przestrzegać zasad higienicznych takich jak częste mycie rąk, zasłanianie ust i nosa oraz zachowanie dystansu społecznego cały czas aby ograniczać rozprzestrzenianie się wirusa.

* **Poinformuj szkołę, jeśli domownicy są objęci kwarantanną**

Jeżeli Twoje dziecko lub inne osoby razem z nim mieszkające we wspólnym gospodarstwie domowym są objęte kwarantanną, bezzwłocznie poinformuj o tym fakcie dyrektora szkoły, do której uczęszcza Twoje dziecko.

Kwarantanna dotyczy osób, które:

• przekraczają granicę RP stanowiącą zewnętrzną granicę UE,

• miały kontakt z osobami zakażonymi (lub potencjalnie zakażonymi) koronawirusem;

• mieszkają z osobą, która zostaje skierowana na kwarantannę.

Kwarantanna trwa dwa tygodnie. W tym czasie:

• w żadnym wypadku nie wychodź z domu,

• spacery z psem, wyjście do sklepu czy do lekarza są zakazane,

• jeżeli pojawią się objawy choroby (złe samopoczucie, gorączka, kaszel, duszności), należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem telefonicznie lub zgłosić się bezpośrednio do oddziału zakaźnego lub oddziału obserwacyjno-zakaźnego szpitala.

Opuszczenie miejsca kwarantanny jest możliwe jedynie w celu wykonania badań laboratoryjnych lub uzyskania świadczenia zdrowotnego, które nie może być udzielone w miejscu odbywania kwarantanny.

Więcej informacji :

<https://pacjent.gov.pl/aktualnosci/punkty-pobran>

<https://pacjent.gov.pl/aktualnosci/kwarantanna-dozor-epidemiologiczny-co-to-znaczy>

<https://www.gov.pl/web/koronawirus/pytania-i-odpowiedzi> <https://www.gov.pl/web/koronawirus/podejrzewasz-u-siebie-koronawirusa>

 Zgodnie z aktualnymi wymaganiami określonymi w przepisach rozporządzenia Rady Ministrów *w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii*

1. [↑](#footnote-ref-1)