

CUANDO VOLVAMOS AL COLEGIO



Guía para
cuidarnos a
nosotros y cuidar
a los demás

CUIDADO PERSONAL

Recuerda los elementos que debes traer al colegio.

OBLIGATORIOS

- ✓ Un tapabocas puesto (preferiblemente de tela quirúrgica).
- ✓ Un tapabocas de repuesto.
- ✓ Una bolsa ziploc o de papel para guardar el tapabocas cuando sea la hora de comer.
- ✓ La maleta o mochila con los útiles escolares necesarios para el estudio.

RECOMENDADOS

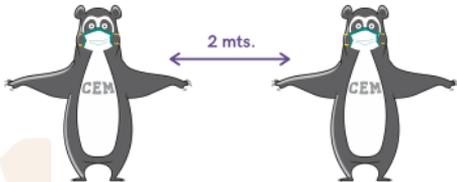
- ✓ Gel antibacterial



#CuandoVolvamosAlColegio

PARA APLICAR

Recuerda las tres medidas que nos ayudarán a cuidarnos y minimizar las posibilidades de contagio.



DISTANCIAMIENTO

2.



USO DEL TAPABOCAS

3.

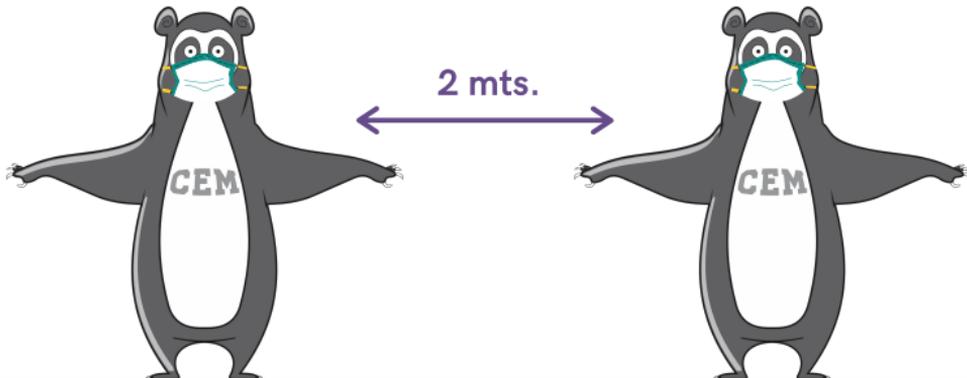


LAVADO DE MANOS

#CuandoVolvamosAlColegio

DISTANCIAMIENTO

En todo momento debemos hacer conciencia de la distancia en la que estamos de los demás.



#CuandoVolvamosAlColegio

USO DEL TAPABOCAS

¡Muy importante! Todo el tiempo debemos tenerlo puesto, y solo quitárnoslo cuando nos lo indiquen los guías.



Si es desechable,
cámbialo todos los días.

Si es lavable, lávalo todos
los días.

LAVADO DE MANOS

Debemos acostumbrarnos a lavarnos las manos constantemente (min. cada dos horas):

- Al salir de casa.
- Al llegar al colegio.
- Al cambiar de ambiente o actividad,
- Antes y después de comer.
- Cuando vuelvas a casa.



Pídele a tu guía que te ayude a estar pendiente del tiempo para que puedas lavarte las manos cada tres horas.

PARA EVITAR

Es importante identificar estas situaciones en el Colegio y evitarlas.

1.

CONGESTIÓN

Evita lugares congestionados y busca vías o espacios alternos.



2.

CERRAMIENTO

Evita quedarte en espacios muy cerrados. Revisa que las ventanas y puertas de los ambientes siempre estén abiertas.

3.

CERCANÍA

Recuerda que para estar con tus amigos, la distancia mínima debe ser de 2 mts.



#CuandoVolvamosAlColegio

CUIDADO PERSONAL

Como vamos a tener muchas ganas de saludarnos, desde ya **inventemos saludos** que **NO** incluyan abrazos, besos o dar la mano.

En estos momentos es importante guardar la distancia y así protegernos los unos a los otros.

Es la mejor manera de estar juntos.



#CuandoVolvamosAlColegio

EN EL COLEGIO

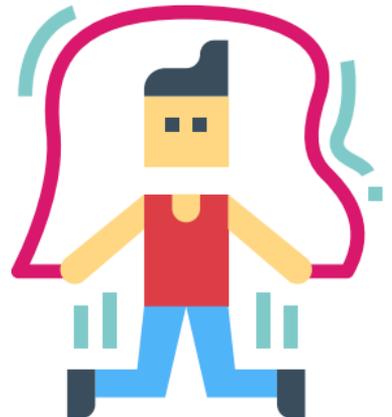
Cuando vayamos de un ambiente a otro, recuerda caminar por las zonas demarcadas, usar en todo momento tu tapabocas y guardar el distanciamiento.



#CuandoVolvamosAlColegio

EN EL COLEGIO

Por ahora, **NO** habrá deportes de contacto. En cambio, podremos hacer otras actividades que nos contarán los guías de Educación Física.



#CuandoVolvamosAlColegio

EN EL COLEGIO

Recuerda no llevar accesorios como relojes, aretes o manillas.

Si tienes pelo largo, es mejor mantenerlo recogido.

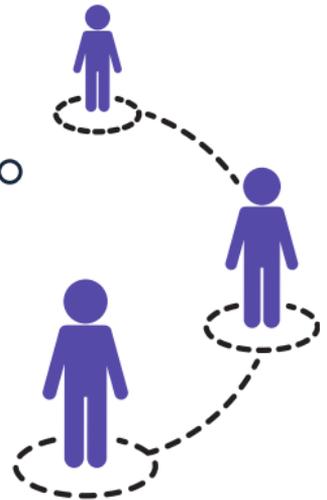


EN EL RESTAURANTE

Para comer habrá un aforo permitido en el restaurante, y puestos fijos.

Guardemos la distancia todo el tiempo y tengamos paciencia hasta que nos llamen a servir la comida.

Recuerda siempre llevar el vale de alimentación.



#CuandoVolvamosAlColegio

EN EL RESTAURANTE

Cuando vayas a comer, lávate bien las manos, y solo cuando estés en la mesa, listo para comer, puedes quitarte y guardar tu tapabocas en una bolsa resellable o de papel.

Déjala encima de tus piernas, **NO** en la mesa.



EN EL RESTAURANTE

Puedes traer tus propios cubiertos para cuando vayas a comer, pero recuerda que no habrá servicio de lavado en la cocina.

Tampoco habrá servicio de microondas, por si traes tu propia comida, lo tengas en cuenta.

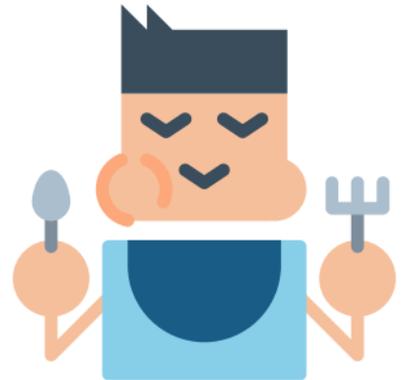


#CuandoVolvamosAlColegio

EN EL RESTAURANTE

Para acelerar los turnos y cumplir con los protocolos, debemos utilizar muy bien el tiempo para comer.

No será fácil, pero será por el bien de todos.



#CuandoVolvamosAlColegio

EN EL COLEGIO

Usa siempre tus propios materiales,
recuerda que en este momento no
podemos prestarnos cosas.

Y trae lo mínimo al colegio.



#CuandoVolvamosAlColegio

EN EL COLEGIO

Es responsabilidad de cada uno limpiar la mesa y los materiales que use, antes y después de manipularnos.

Esto incluye portátil y/o celular (si lo llevas al cole).



#CuandoVolvamosAlColegio

TECNOLOGÍA

Procura usar lo menos posible celulares o tabletas y en ningún caso los prestes.



#CuandoVolvamosAlColegio

TECNOLOGÍA

Si lees alguna noticia, busca que las fuentes sean confiables, antes de compartir. Evitemos rumores o noticias falsas.

Si tienen dudas sobre el virus, puedes acercarte a nuestra enfermera Catalina Vargas, ella resolverá tus dudas.



#CuandoVolvamosAlColegio

AL VOLVER A CASA

Retira la ropa y calzado al llegar a tu casa y antes de saludar a tus familiares.

Deja la ropa en el sitio de lavado. Si tienes elementos de protección personal reutilizables, lávalos y desinféctalos también.

Lava muy bien tus manos con agua y jabón, mínimo por 20 segundos.

