

قائمة الاختيار: اقتراحات للعائلات

كيفية إعداد أبنائك للعودة الآمنة إلى المدرسة

إرشادات الأمان
● تحقق من إبنك كل صباح للتأكد من أنه بصحة جيدة. إذا كان لديك درجة حرارة أعلى من 37.5 درجة لا يمكنك الذهاب إلى المدرسة.
● تأكد من عدم الإصابة بالتهاب الحلق أو أي علامات أخرى للمرض، مثل السعال أو الإسهال أو الصداع أو القيء أو آلام العضلات . إذا لم يكن بصحة جيدة، لا يمكنه الذهاب إلى المدرسة.
● إذا كان لديه اتصال مع حالة من حالات 19-COVID، لا يمكنه الذهاب إلى المدرسة. اتبع إرشادات الصحة في الحجر الصحي بدقة.
● في حالة إبنك لا يشعر على ما يرام في المدرسة، أبلغ المدرسة عن الأشخاص الذين يجب الاتصال بهم لاستلامه: الأسماء، الألقاب، الهواتف الأرضية أو الهواتف المحمولة، أماكن العمل، أي معلومات إضافية مفيدة لإجراء سرعة الاتصال.
● في المنزل، تدرب مع إبنك على تقنيات غسل اليدين الصحيحة، خاصة قبل وبعد تناول الطعام، العطس، السعال، قبل وضع الكمامة، وأشرح لإبنك لماذا هو مهم. إنه طفل، أجعله ممتعاً
● أعطى إبنك قنينة أو قنينة زجاجية للمياه يمكن التعرف عليها باسمه و لقبه. إذا أخذ إبنك قنينة المياه من محطة الوقود، في المدرسة يجب عليه كتابة اسمه و لقبه عليها (بقلم كتابته لا تمحى أو مع ملصقات).
● من الروتين اليومي قبل وبعد المدرسة ، على سبيل المثال ، إعداد الأشياء لوضعها في حقيبة ظهره المدرسية أولاً (مثل مطهر اليد الشخصي وكمامة إضافية) ، وعند العودة إلى المنزل ، أشرح الأشياء التي يجب القيام بها (غسل يديه على الفور، مكان وضع الكمامة سواء كانت فردية أو قابلة للغسل ؛ ...)
● تحدث إلى إبنك عن الاحتياطات الواجب اتخاذها في المدرسة: ● غسل وتطهير يديه في كثير من الأحيان. ● الحفاظ على المسافة الفعلية من الطلاب الآخرين. ● ارتداء الكمامة
● تجنب مشاركة الأشياء مع الطلاب الآخرين، بما في ذلك قنينة المياه والأجهزة وأدوات الكتابة والكتب...
● تعرف على كيفية تواصل المدرسة إلى العائلات بأي حالات إصابة بـ 19-COVID والقواعد المتبعة في هذه الحالات.
● قم بتنظيم نقل إبنك للذهاب إلى المدرسة والعودة للمنزل: ● إذا كان إبنك يستخدم سيارة عامة (قطار، حافلة، نقل مدرسة)، يتم إعداده للإرتداء الكمامة دائماً وعدم لمس وجهه بيديه. تأكد من فهمه أهمية اتباع القواعد الواجب اتباعها على متن نقل المدرسة (المقاعد، مكان الوقوف ، التباعد، ...). ○ إذا كان إبنك برفقة والدي زملاء الدراسة، إشرح له، أنه يجب أن يتبع القواعد دائماً: الكمامة، التباعد، تنظيف اليدين.
● كن نموذج جيد أنت أيضاً(التباعد الجسدي ، التنظيف واستخدام الكمامة).

تُعرف على قواعد المدرسة للتربية البدنية والأنشطة الحرة (على سبيل المثال، الإستراحة) وقواعد المطعم، حتى تتمكن من شرحها لإبنك ومطالبته بالامتثال لها.
للحد من انتشار COVID-19، اسأل ما هي القواعد وكيف تعتزم المدرسة مرافقة الطلاب.
- إحتفظ في المنزل بالإحتياط الكافي للكمادات للتغيير الازم. كل يوم تعطي لإبنك كماد الغيار في حقيبة ظهره المدرسية، مؤمنة في حاوية. إذا كنت توفر كمادات قابلة لإعادة الاستخدام، عليك توفير كيس لتخزينها و تنقل إلى المنزل لغسلها. - يجب أن تعمل كمادات القطن القابلة لإعادة الاستخدام على: - تغطية الأنف والفم وبداية الخدين - تكون مثبتة مع الأربطة إلى الأذنين - لديها على الأقل طبقتين من النسيج - تسمح بالتنفس - يتم غسلها باليد بالصابون أو الغسالة و يتم كيها (البخار 90 درجة حرارية هو مطهر طبيعي ممتاز دون موانع).
إذا كنت تزود إبنك بكمادات قماشية، فتأكد من أنه يمكن التعرف عليها ولا يمكن الخلط بينها وبين كمادات الطلاب الآخرين.
درب إبنك على إزالة ووضع الكمادة عن طريق لمس فقط الأربطة.
اشرح لطفلك أن هناك زملاء في المدرسة لا يستطيعون ارتداء الكمادة إذا رأى إبنك زملاء الدراسة بدون كمادة، يجب عليه الحفاظ على المسافة الآمنة، والحفاظ على الكمادة، واتباع تعليمات المعلمين.
إعطي طفلك حاوية (مثل كيس محكم الغلق و عليه ملصق) لتخزين الكمادة عند تناول الطعام؛ يجب على إبنك عدم وضع الكمادة على أي سطح ، يجب ألا يلطخها.
إذا كان لديك طفل صغير، أعدده على أن المدرسة سوف تبدو مختلفة (مثل مقاعد متباعدة فيما بينها ، المعلمين يحافظون على مسافات التباعد الجسدية، وإمكانية البقاء في القسم أثناء الغداء).
بعد العودة إلى المدرسة، تعرف على الوضع (العلاقات مع زملاء الدراسة والمعلمين، والمستجدات، وأي إزعاج). إذا شعر إبنك بعدم الارتياح ، أو إذا كان قد تحدث عن سلوك غير لائق من طلاب آخرين، فتحدث إلى المعلمين والإدارة المدرسية على الفور.
حذار من التغييرات في السلوك مثل البكاء المفرط أو التهيج، والقلق المفرط أو الحزن، وسوء العادات الغذائية أو عادات النوم، وصعوبة التركيز، والإجهاد والقلق. يجب عليك بدورك الحرص على عدم نقل التوتر والقلق.
حضور الاجتماعات المدرسية، وإن كان ذلك عن بعد (على الإنترنت)؛ إذا كنت على علم بذلك ،يمكنك تقليل مشاعر القلق الخاصة بك وترشيد أي مخاوف.

نصائح إضافية لأسر التلاميذ ذوي الإعاقة	
المشاكل الصحية فيما يتعلق بالعدوى	
● إبلاغ طبيب الأعصاب مع الأطباء المعالجين إذا كانت حالة ابنك معقدة بشكل خاص فيما يتعلق بالمخاطر من COVID-19 ، كان تتطلب حولا محددة له. (على سبيل المثال، لسهولة العدوى، لمشاكل مع أي أدوية، للمشاكل السلوكية، ...). إذا لزم الأمر، اطلب ترتيبات معقولة.	
● أخبر المدرسة وعلى الرقم 118 التوجيهات المقدمة من الأطباء المعالجين، في حالة ضرورة مساعدة في المدرسة، حتى يعرف الجميع كيفية التدخل، وتجنب عواقب أكثر خطورة.	
● إذا كان ابنك لديه مشاكل مع نقص الجهاز المناعي أو المشاكل الصحية التي لا تسمح له بالبقاء في المدرسة في وجود زيادة خطر العدوى، دع الأطباء يصدر شهادة طبية، وتقديمها للمدرسة طالبا دورات التعليم الرقمي المدمجة و التعليم المنزلي.	
السلوكيات الصحية (الالتزام بتعليمهم حتى لو كان ذلك صعباً)	
● دائما إعطي ابنك مخزون من المناشف الورقية (و الحفاظ بها في الحقيبة المدرسية) وتعليمهم رميها بعد كل استخدام؛ تعطي أيضا المناشف المطهرة وتعليمهم استخدامها.	
● علم ابنك ألا يشرب من الصنابير. تزويده بقنينات مخصصة / قنينات زجاجية للمياه بحيث انه يسهل ان يتعرف عليها دائما.	
● علمهم ألا يلمسوا وجوههم بأيديهم دون أن يتم تطهيرها من قبل، عندما يكونون في مكان عام.	
استخدام أجهزة الحماية الفردية	
● "الطلاب ذوي الإعاقة التي لا تتوافق مع الاستخدام المستمر للكمامة لا تخضع للالتزام باستخدام الكمامة." النظر بعناية مع طبيبك إذا كان ابنك يدخل في حالة عدم توافق موضوعي من استخدام الكمامة . إذا كان متوافقا، في الواقع، من المهم أن تعلم ابنك استخدام الكمامة، لحماية سلامته.	
● إذا لم يتمكن ابنك من استخدام الكمامات أو كمامة شفافة، أخبره أن الأشخاص من حوله ، المعلمون والمربون يستخدمونها، ويجب حماية موظفي المدارس من العدوى.	
● إذا كان ابنك أصم ويقرأ الشفه، اطلب من المدرسة أن تعطيه كمامات الوجه الشفافة، بدلا من الكمامات. هناك أيضا كمامات مع جبهات شفافة لكنها ليست مريحة للجميع.	

مشكلة النقل المدرسي
● إذا اكتشف الأطباء المعالجون لدى إبنك صعوبات خاصة فيما يتعلق بخطر العدوى أثناء النقل المدرسي، قم بمصادقة طلباتك الخاصة رسمياً وتقديمها إلى البلدية والمدرسة.
● تحقق من ترتيبات انتظار الحافلة أو بعد الهبوط من هذه الأخيرة، بحيث يتم تكييفها مع الاحتياجات التي يشهد عليها الأطباء الذين يعالجون إبنك وربما لطلب التغييرات.
الاحتياجات المختلفة
● وإذا رأى الطبيب المعالج، على الرغم من التنظيم المدرسي، أنه ينبغي اتخاذ تدابير خاصة لاحتواء خطر العدوى (مثلاً، للوصول إلى مباني المدرسة، والخروج إلى الإقليم، لفترات، للمطعم، للتربية البدنية...) يجب أن تشهد هذه التدابير وتعرض على المدرسة من أجل الاتفاق على ما يمكن تنظيمه، وفقاً لمبدأ الإقامة المشروعة.
استخدام المراحيض
● تعلم كيف نظمت المدرسة استخدام مراحيض ذوي الإعاقات وساعد بأي اقتراحات.
● علم إبنك (إن أمكن) تطهير مقابض الأبواب وأسطح المراحيض والصنابير بالمناديل المطهرة قبل استخدامها، وتطهير يديه فور مغادرة الحمام وقبل العودة إلى القسم.
فهم لافتات COVID-19
● تأكد من أن اللافتات المضادة للعدوى مفهومة لإبنك (وإلا، حدد أدوات بديلة مع المدرسة، مثل الاتصالات المعززة والبديلة).
● إنته من الإشارات على الأرضية (على سبيل المثال لضمان التباعد، فصل تدفقات الأطفال في الممرات، الإشارة إلى نقاط التجمع، ...) للتحقق مما إذا كان واضحاً أو ربما تطلب إضافات.
تدابير تنظيمية أخرى
● صغ للمدرسة جميع المقترحات التنظيمية الأخرى المفيدة لحماية صحة طفلك وكذلك زملائه في القسم

نصائح إضافية لأسر التلاميذ الذين يعانون من اضطرابات تعلم خاصة
● الحصول على جميع الإرشادات للسلامة المضادة للعدوى و التعليمات المختلفة في النص قابلة للقراءة شفهيًا ، وإلا قم بنفسك بترجمة شفهيًا . التعاون مع المدرسة مؤشر على الأبوة المسؤولة.
● تأكد من أن طفلك يفهم جميع إرشادات السلامة، واللوائح، والقواعد التنظيمية (مثل تلك الخاصة باستخدام الورشات و ورش العمل).
● تأكد من أن لديك صورة واضحة للتنظيم الجديد، ما تحتاج إلى وضعه في حقيبة ظهره المدرسية كل صباح؛ إعداده أو مساعدته في إعداد أجندات جديدة للأنشطة مع التوجيهات، يوما بيوم ، لما يحتاجه.
● ذكره بعدم استعارة أشياء الآخرين وعدم إعاره أشياءه الخاصة، ليس بسبب الأنانية ولكن من أجل السلامة.