



# 10 cosas que puedes hacer para prepararte para regresar a la escuela

**1 Practique la higiene de manos** a menudo durante todo el día. Enséñeles a cantar sus ABC o haga que cuenten durante al menos 20 segundos, asegurándose de que se laven el frente, la espalda y entre los dedos.



**2 Practique poner / quitar la máscara.** Se requerirá que su hijo use una máscara cuando no se pueda mantener un distanciamiento social de 6 pies, en el autobús, al ingresar a la escuela y dentro de los pasillos. Enséñeles a no tocar el interior de su máscara cuando se la quite.



**3 Practica 6 pies de distancia.** Mida la distancia en el piso. Considere colocar temporalmente trozos de papel para una imagen.



**4 Compre un termómetro** Compruebe la temperatura de su hijo todas las mañanas. Si tienen 100.4 o más, deben quedarse en casa hasta que no tengan fiebre (sin el uso de Tylenol / Motrin). Si desarrollan fiebre en la escuela, se requerirá que permanezcan fuera de la escuela durante 3 días.



**5 Hacer / comprar máscaras adicionales.** Cuando sea posible, las máscaras solo deben usarse una vez. Considere hacer o comprar máscaras múltiples para darle el tiempo adecuado para lavarlas entre usos.



**6 Actualización de vacunas / física y dental.** Póngase en contacto con el pediatra de su hijo para programar una cita y asegurarse de que las vacunas estén actualizadas. Las vacunas se deben entregar el primer día de clases. Los alumnos de K, 6º, 11º y nuevos alumnos requieren un examen físico. Los estudiantes de K, 3º y 7º grado requieren un examen dental. Los exámenes se deben entregar a la enfermera escolar antes del 31 de octubre.



**7 Cambiar la medicación en aerosol.** Los nebulizadores e inhaladores sin cámara no se pueden administrar en la escuela. Hable con el pediatra de su hijo para obtener el equipo adecuado y actualizar el Plan de acción contra el asma.



**8 Compre una botella de agua reutilizable** para llevar a la escuela. Las fuentes de agua no estarán en servicio.



**9 Verificar / actualizar contactos de emergencia.** Si su hijo presenta síntomas similares a COVID, se los colocará en una habitación de aislamiento y deberán recogerlos de inmediato. Asegúrese de que se pueda contactar a un contacto en cualquier momento.



**10 Mantente informado.** Edúquese de fuentes confiables como los CDC, el Departamento de Salud del Condado de Montgomery y los sitios web del Distrito Escolar de Pottstown.

