**Melhores dicas para alunos**

**Antes de ir para a escola:**

* Se não se sentir bem, diga a alguém em casa – está quente, tosse constante ou perdeu o sentido
* de cheiro e sabor?
* Certifique-se de tomar o pequeno-almoço
* Certifique-se de ter embalado tudo o que precisa para o dia, incluindo o seu próprio higienizador de mãos,
* máscara e tecidos, se quiser
* Lembre-se de trazer o seu próprio almoço embalado se estiver tendo um naquele dia
* Verifique se precisa do seu kit PE hoje
* Deixe tudo o que não precisa em casa (por exemplo, brinquedos, jogos e dispositivos)
* Lave as mãos antes de sair de casa (20 segundos)
* Evite tocar no rosto, olhos e boca a toda a hora

**Ao viajar em escola ou transporte público:**

* + Se puder, caminhe, pedale ou vá para a escola como uma opção mais saudável
	+ Higiene manual antes de ir para a escola ou transportes públicos
	+ Use uma máscara se quiser (lembre-se de fazer isso nos transportes públicos)
	+ Não coma nem beba no transporte
	+ Leve o seu lixo consigo e coloque-o num caixote do lixo ao deixar o transporte.
	+ Evite tocar em assentos, pegas e superfícies se puder
	+ Mantenha 2 metros de distância de adultos

**Ao chegar à escola:**

* + Chegue o mais perto do início do dia de aulas – não se atrase!
	+ Evite reunir-se com outros em grupos
	+ Siga as instruções dos adultos
	+ Lave as mãos e a higiene da mão
	+ Evite ficar em áreas movimentadas – por exemplo, nas portas de entrada
	+ Seja gentil e respeitoso em todos os momentos e siga as regras para a segurança de todos
	+ Leve sempre consigo os seus pertences pessoais – armários e cabides não serão utilizados

**Durante o dia de escola:**

* + Lave as mãos regularmente, seque-as corretamente e higiene manual
	+ Desloque-se pela escola e sala de aula apenas quando precisar
	+ Use banheiros nos horários de intervalo e almoço sempre que possível - mover-se durante os horários de aula será limitado
	+ Coloque o casaco na parte de trás da cadeira.
	+ Coloque a sua mala e o almoço embalado no chão – não coloque isto em mesas ou superfícies/bancadas
	+ Fique na sua própria cadeira.
	+ Não partilhe equipamento
	+ Se usar tecidos para espirrar/tossir, coloque-os no lixo e lave as mãos
	+ Evite tocar noutras pessoas, apertos de mão e abraços
	+ Sorria e acenasse a outras pessoas para cumprimentá-los
	+ Siga as instruções dadas pelo pessoal
	+ Se se sentir mal a qualquer momento, diga imediatamente a um professor ou a um adulto.

**Nas horas de intervalo e almoço:**

* + Lave as mãos e a higiene da mão
	+ Se não se sentir bem, diga logo a alguém que pode envolver ir ao Escritório da Escola.
	+ Será dito quando e onde ir para o almoço.
	+ Coloque todo o lixo em caixotes fornecidos
	+ Pode haver diferentes casas de banho para o seu grupo de aulas ou ano – use as corretas!
	+ Os adultos de serviço vão ajudá-lo ao deslocar-se pela escola – por favor, siga as suas instruções para manter todos seguros
	+ **Ensino Secundário**: os agrupamentos de ano identificados podem ser autorizados a abandonar as instalações escolares à hora do almoço. Orientação do Governo escocês quando fora das instalações escolares deve ser cumprida – por favor, seja um bom vizinho, seja respeitoso, siga o distanciamento social e use uma máscara

**No final do dia de escola:**

* + Siga as instruções do pessoal da escola
	+ Saia do edifício, levando todos os objetos pessoais consigo.
	+ Use a rota de saída correta e porta de saída
	+ Evite reunir-se fora do edifício da escola ou a caminho de casa da escola
	+ Seja gentil e respeitoso com as pessoas e a área ao redor da escola

**Quando voltar para casa:**

* + Lave as mãos e a higiene da mão
	+ Pode querer mudar de uniforme escolar.
	+ Lembre-se de fazer o seu dever de casa ou estudar

**Em todos os momentos:**

* + Por favor, seja gentil e pense nos outros.
	+ Por favor, siga todas as regras, setas e instruções
	+ Dê o seu melhor e apoie-se mutuamente.
	+ Divirta-se a estar de volta à escola e à sua aprendizagem

Faremos tudo o que estiver ao nosso alcance para que se sinta seguro em school e para apoiá-lo com a sua aprendizagem.

**No caso muito improvável de não conseguir seguir os conselhos e expectativas acima referidos para manter todos seguros, entraremos em contato com o seu pai/cuidador para buscá-lo na escola.**

