**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.**

