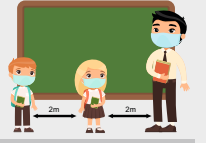


ÖĞRENCİ BİLGİLENDİRME REHBERİ



SAĞLIĞIMI KORUYORUM.

- Yeterli ve kaliteli **uyurum**.
- Her gün düzenli olarak **egzersiz yaparım**.
- Sağlıklı ve dengeli **beslenirim**.
- Baş edemediğim sorunlarımı, kaygılarımı; ailemle, öğretmenlerimle veya rehberlik servisiyle **paylaşıyorum**.



KİŞİSEL TEMİZLİĞİME VE HİJYEN KURALLARINA DİKKAT EDİYORUM.

- Ellerimi; kirlendikçe ya da elimi yüzüme, gözüme, ağızıma temas ettirmek zorunda kaldığım zamanlarda en az 20 saniye süreyle **su ve sabun ile yıkıyorum**.
- Ellerimi su ve sabun ile yıkayamadığım durumlarda el antiseptiği veya alkol bazlı kolonya ile **dezenfekte ederim**.
- Yemeklerden önce ve sonra ellerimi **su ve sabun ile yıkıyorum**.
- Tuvaleti kullanmadan önce ve kullandıktan sonra ellerimi bol **su ve sabun ile yıkıyorum**.
- Tırnaklarımı **temiz ve kısa** tutarım.
- Çamaşırlarımı ve giysilerimi **sık değiştiririm**.
- Olabildiğince **sık banyo yaparım**.



MASKESİZ DIŞARI ÇIKMIYORUM.

- Kendi sağlığını ve çevremdekilerin sağlığını korumak için **maske** takmam gerektiğini bilirim.
- Yalnız olmadığım ve sosyal mesafemi koruyamadığım her yerde **maskemi takarım**.
- Maskemi takarken ve çıkarırken sadece **iplerinden tutarım**.
- Maskemi ağız ve burnumu tamamen kapatacak ve yüzümle maske arasında hiç **boşluk kalmayacak** şekilde takarım.
- Maskemi taktıktan sonra ön yüzeyine **dokunmam**.
- Maskemi takarken ve çıkardıktan sonra ellerimin temiz olduğundan **emin olurum**.
- Islanan, nemlenen ve kirlenen maskemi yenisi ile **değiştiririm**.
- Kullanmak üzere yanımda taşıdığım yedek maskemi temiz ve kuru bir yerde **saklarım**.
- Gerekli durumlarda maskemi değiştirir ve kurallara uygun olarak atık kutusuna **atarım**.
- Eğer yıkanabilir ve yüzde yüz pamuklu kumaş maske kullanıyorsam her zaman yanımda yedek maske **bulundururum**.
- Yıkanabilir pamuklu kumaş maskemi hijyenik şekilde saklar, kirlenmiş olan maskemi de çantamın ayrı bir bölümüne **koyarım**.
- Kullandığım yıkanabilir pamuklu kumaş maskemi eve gittikten sonra çıkarır, ertesi gün kullanmak amacıyla maskemin temizlenmesini **sağlarım**.



EV DEN AYRILMADAN ÖNCE...

- Uyanır uyanmaz elimi yüzümü yıkayarak güne **başlarım**.
- Beni gün boyu zinde tutacak ve bağışıklığımı güçlendirecek yiyeceklerle kahvaltımı **yaparım**.
- Kahvaltıdan sonra ellerimi yıkayıp dişimi fırçalarım ve günlük olarak temizlenen okul kıyafetlerimi **giyerim**
- Okul kıyafetimi maskemle tamamladıktan sonra okul çantama gün boyu hijyenimi sağlayabileceğim eşyalarımı **yerleştiririm**.
- (Maske, mendil vs.)
- Okula araç gereçlerim ve hijyen malzemelerim dışında herhangi bir eşya (top, oyuncak vs.) **getirmem**.
- Okula gitmeden önce ateşimi ölçtürür ve ateşimin yüksek olmadığından **emin olurum**.
- Eğer kendimi hâlsiz ve hasta hissediyorsam bu durumu **ailemle paylaşıyorum**.



OKULA GİDERKEN...

- Merdivenleri kullanırken, trabzanlara ve duvarlara **dokunmam**.
- Servise binerken yüzeylere ve arkadaşlarıma temas etmemeye dikkat
- ederek benim için ayrılan sosyal mesafesi korunmuş koltuğa **otururum**.
- Okula giderken hiçbir nesne ve kişiyle **fiziksel temas kurmam**.



OKULDAYKEN...

- Okula geldikten sonra bana en yakın lavaboda ellerimi yıkıyorum ya da okulda bizim için hazırlanan hijyen standında **dezenfekte ederim**.
- Okulda sağlık ve hijyen ile ilgili görsel, işitsel, dokunsal uyarılara dikkat eder ve bunlara uygun **hareket ederim**.
- Kendimi hâlsiz ve hasta hissediyorsam hemen öğretmenime ya da okul idaresine **haber veririm**.
- Sınıfıma geçince bana ayrılan sıraya **otururum**.
- Sınıfta her zaman **aynı sırada** otururum.
- Sınıfa girdikten sonra ve ders boyunca yüksek sesle konuşmam, bağırmam, hapsirirken/öksürürken **maskemi açmam**.
- Arkadaşlarımla **yiyecek, içecek ve araç gereç** alışverişi yapmam.
- Eşyalarımı yere düşürmemeye **özen gösteririm**. Eşyalarım yere düşerse mutlaka **dezenfekte ederek kullanırım**.
- Tuvalet ve lavaboları kullanırken mümkün olduğunca yüzeylere **peçete ile dokunurum**.
- Okulun ortak kullanım alanlarında **sosyal mesafe kurallarına uyarım**.



TENEFFÜSTAYKEN...

- Teneffüste, eğer hava şartları uygunsa bahçeye çıkıp **temiz hava alırım**.
- Teneffüste, arkadaşlarımla temas gerektiren oyunlardan sakınır, sosyal mesafemi korur ve hiçbir şekilde arkadaşlarımla **fiziksel temasta bulunmam**.
- Kendi sağlığını, arkadaşlarımla ve öğretmenlerimin sağlığını korumak için **diğer sınıflara, öğretmenler odasına ve idare odalarına girmem**.



EVE GİDERKEN...

- Sosyal mesafeye dikkat ederek okuldan ayrılırım.
- Servise binerken yüzeylere ve arkadaşlarıma temas etmemeye dikkat
- ederek benim için ayrılan koltuğa otururum.
- Okuldan dönerken hiçbir nesne ve kişiyle fiziksel temas kurmam.



EVDE...

- Eve gider gitmez **kıyafetlerimi değiştirir, elimi yüzümü yıkıyorum**.
- COVID-19 hakkında güvenilir bilgilerin **yetkililer tarafından** verildiğini bilirim ve başka bilgileri dikkate almam!



FORMKAMPÜS
— KOLEJİ —



ÇOCUKLARIMIZIN SAĞLIĞI İÇİN VELİLERİMİZLE YENİDEN BİRLİKTE...

Sayın Velimiz,

Uzun bir aradan sonra öğrencilerimizle yeniden buluşuyoruz. Okullarımızı özlemle açıyoruz ve çok heyecanlıyız. Çocuklarımızın sağlığının korunması için okullarımızda hazırlıklar tamamlandı. İlginiz ve iş birliğiniz bize her zaman güç verdi. Salgın sürecinde Bakanlığımızın eğitim faaliyetlerine yönelik emekleriniz ve gönül birliğiniz için teşekkür ederiz. Bu kez desteğinize ihtiyacımız var. Süreci hep birlikte atlatacağız. Aslında bildiğiniz hususları ailenizin ve öğrencilerimizin sağlığı için hatırlatmak ve vurgulamak istedik.



ÖĞRENCİMİZE...

- Ortak kullanım alanlarında bulunan eşyalara ve yüzeylere (servis ve toplu ulaşım araçlarındaki tutamaklar, kapı kolu, tırabzan, duvarlar vb.) dokunmaması; dokunması hâlinde elini yüzüne, ağzına, burnuna ve gözüne **temas etmemesi gerektiğini**,
- Ellerini belirli aralıklarla sabun ve su ile yıkamasını, sabun ve suyun bulunmadığı durumlarda kolonya veya antiseptik madde ile **temizlemesini**,
- Kişisel hijyenine **dikkat etmesini**,
- Maskesini uygun şekilde kullanmasını ve yanında yedek maske **bulundurmasını**,
- Okul idaresinin belirlediği hijyen kurallarını öğrenerek bu **kurallara uymasını**,
- Okulda ve sosyal alanlarda sosyal mesafeye **dikkat etmesini**,
- Arkadaşlarıyla yiyecek, içecek ve araç gereçlerini **paylaşmamasını**

TEMBİHLEYİNİZ!



ÖNEMSEYİNİZ!

- Doğru ve güvenilir kaynaklardan bilgi edinerek salgın hastalıklar konusunda **öğrencimizi bilinçlendiriniz**.
- Bakanlığımız ve yetkili kurumlarca yapılan açıklamalar ve kurallara uymaları konusunda **öğrencimizi uyarınız**.
- Dengeli ve sağlıklı beslenmesine, uyku düzenine **özen gösteriniz**.
- Sağlık durumunu takip ediniz. Yüksek ateş, öksürük ya da başka bir hastalık belirtisi varsa idareyi bilgilendirerek okuluna göndermeyiniz. Mutlaka bir **sağlık kuruluşuna başvurunuz**.



ÖNEMSEYİNİZ!

- Her gün temiz kıyafet ile okula gitmesini **sağlayınız**.
- Kronik rahatsızlığı bulunan öğrencilerin kullandıkları ilaçları okul idaresine ve öğretmenlerine bildirin. İlaçların yanında bulunmasını **sağlayınız**.
- Öğrencimizin mümkünse kronik hastalığı olan ya da 65 yaş üzeri kişiler tarafından okula bırakılmamasına ve her gün aynı kişi tarafından okula bırakılıp alınmasına **dikkat ediniz**.
- Okul yönetimi tarafından öğrencimize verilecek olan bez maskeleri her gün uygun şekilde **temizleyiniz**.
- Acil durumlar dışında okul alanına (okul servisi, sınıf, bahçe, öğretmenler odası vb.) okul idaresini veya öğretmeni **çağırmadan girmeyiniz**.



ÖNEMSEYİNİZ!

- Okul idaresi ve öğretmenler ile iletişimi, **uzaktan erişim** (telefon, SMS, e-posta vb.) **ile sağlayınız**.
- Öğrencimiz eve döndüğünde gerekli hijyeni sağlayıp sağlamadığını takip ediniz:
- Ayakkabı ve kıyafetlerini değiştirerek çıkan ayakkabı ve kıyafetlerini havalandırmasını sağlayınız,
- Elini ve yüzünü sabunla en az 20 saniye yıkamasını sağlayınız. (Ağız ve burun hijyenini sağlayınız, mümkünse duş aldırınız.)
- Okulda kullandığı çanta, kitap, defter, kalem, silgi vb. malzemelerin dezenfekte edilmesini/havalandırılmasını sağlayınız.

