



CẨM NANG HƯỚNG DẪN BÉ AN TOÀN ĐẾN TRƯỜNG

B

2 + 5



A+



HƯỚNG DẪN CHO PHỤ HUYNH VÀ HỌC SINH



* Hướng dẫn chung dành cho phụ huynh

Phụ huynh đóng vai trò vô cùng quan trọng trong việc giữ gìn cộng đồng trường an toàn và khỏe mạnh, thông qua việc phối hợp và trang bị đầy đủ các thông tin và kỹ năng cần thiết cho Học sinh trước khi đến trường.

Luôn kiểm tra thân nhiệt của học sinh trước khi các em đến trường vào mỗi buổi sáng để đảm bảo các em không bị sốt hay có các triệu chứng của COVID-19.

- Hoàn tất khai báo y tế hàng ngày khi đến trường.
- Chủ động cập nhật đến nhà trường về tình trạng sức khỏe đặc biệt của học sinh...
- Tư vấn và trang bị kiến thức cũng như tinh thần để học sinh sẵn sàng cho các tình huống cần xét nghiệm sàng lọc.
- Không cho học sinh uống thuốc để giấu bệnh hoặc giảm thân nhiệt trước khi đến trường. Vì như vậy sẽ khiến trường khó phát hiện và có các biện pháp phòng hộ cần thiết cho con để tránh bội nhiễm cũng như làm tăng khả năng lây lan cho những học sinh/ nhân viên trong trường. Nếu học sinh bị bệnh và cần uống thuốc, Phụ huynh cần giữ Học sinh ở nhà và chỉ quay lại trường khi các em đã khỏe mạnh.
- Nếu học sinh bị sốt và/hoặc có những triệu chứng của dịch bệnh COVID -19, vui lòng giữ các em ở nhà và liên lạc với nhà trường để thông báo lý do các em vắng mặt.
- Gửi kết quả xét nghiệm COVID -19 đến nhà trường nếu con có các triệu chứng nghi ngờ như: sốt, đau họng,... được nhà trường ghi nhận vào các buổi học trước đó. Học sinh sẽ quay trở lại trường nếu kết quả "âm tính" và đã hết các triệu chứng.
- Đảm bảo học sinh mang theo ít nhất 02 khẩu trang mỗi ngày đến trường.
- Đảm bảo học sinh mang theo 2 túi đựng đồ riêng: một túi đựng đồ sạch, một túi đựng đồ dơ.
- Đảm bảo học sinh có bình nước cá nhân, dán tem nhãn ghi tên và lớp.
- Không khuyến khích học sinh tụ tập hoặc tham gia các nhóm đông người sau giờ học như nhà bạn bè, nhà hàng hoặc trung tâm mua sắm.

- Phụ huynh cần đón học sinh ngay khi tan học.
- Phụ huynh chỉ nên đi 1 người khi đưa đón học sinh và không lưu lại trường.

*** Khi vào trường, Phụ huynh cần tuân thủ**

- Khai báo y tế tại cổng trường thông qua mã QR.
- Đảm bảo các nguyên tắc phòng chống dịch (đeo khẩu trang, sát khuẩn tay, giữ khoảng cách và không tự ý đi vào các không gian học tập của bé).
- Kiểm tra thân nhiệt trước khi vào trường. Nhà trường khuyến nghị Phụ huynh không vào trường nếu thân nhiệt trên 38 độ C.

*** Hướng dẫn dành cho học sinh**

- Mang theo ít nhất 02 khẩu trang mỗi ngày khi đến trường.
- Mang theo bình nước có dán tên và luôn mang theo khi di chuyển.
- Rửa tay với xà phòng và nước hoặc dung dịch sát khuẩn tay càng thường xuyên càng tốt.
- Mang theo 2 túi đựng đồ riêng: một túi đựng đồ sạch, một túi đựng đồ dơ.
- Không chia sẻ thức ăn và nước uống.



NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM HẰNG NGÀY TẠI TRƯỜNG ĐỂ PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID - 19 VÀ BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG HÔ HẤP

1



Rửa tay đúng cách với nước sạch và xà phòng hoặc nước rửa tay khô thường xuyên vào các thời điểm:

- ✓ Trước khi vào lớp
- ✓ Trước và sau khi ăn
- ✓ Sau khi ra chơi, nghỉ giữa giờ
- ✓ Sau khi đi vệ sinh
- ✓ Khi tay bẩn

2



Che mũi, miệng khi ho hoặc hắt hơi (tốt nhất bằng giấy lau sạch, khăn vải hoặc khăn tay, hoặc ống tay áo) và rửa sạch tay bằng xà phòng. Vứt bỏ khăn, giấy che mũi, miệng vào thùng rác và rửa sạch tay.

3



Không đưa tay lên mắt, mũi, miệng.

4



Không dùng chung các đồ dùng cá nhân như cốc, bình nước, khăn mặt, khăn lau tay, gối, chăn...

5



Không khạc, nhổ bừa bãi.

6



Không tụ tập đông người trong các giờ nghỉ giữa giờ, giờ ra chơi.

7



Nếu thấy mình hoặc bạn khác bị sốt, ho, đau họng, khó thở thì báo ngay cho thầy cô giáo.

8



Đeo khẩu trang đúng cách.

9



Tránh ký thị, xa lánh hay trêu chọc bạn bè.

10



Bỏ rác đúng nơi quy định.

Lưu ý: Giáo viên hướng dẫn, giúp đỡ đối với trẻ mầm non, học sinh tiểu học.

NHỮNG VIỆC HỌC SINH CẦN LÀM HÀNG NGÀY TẠI NHÀ ĐỂ PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID - 19 VÀ BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG HÔ HẤP

Lưu ý: Bố mẹ hướng dẫn, giúp đỡ đối với trẻ mầm non, học sinh tiểu học.

1



Rửa tay đúng cách với nước sạch và xà phòng hoặc nước rửa tay khô thường xuyên (trước và sau khi ăn, sau khi đi vệ sinh, khi tay bẩn, sau khi đi chơi, đi học về nhà, sau khi tiếp xúc với vật nuôi).

2



Giữ ấm cơ thể. Tập thể dục. Ăn chín, uống chín.

3



Không đưa tay lên mắt, mũi, miệng.

4



Giữ bề mặt nhà cửa sạch sẽ, thông thoáng, thường xuyên lau nền nhà, bề mặt bàn học, dụng cụ học tập, tay nắm cửa hàng ngày bằng các chất tẩy rửa thông thường hoặc dung dịch khử khuẩn (đối với học sinh THCS trở lên).

5



Súc miệng, họng thường xuyên bằng nước muối hoặc nước súc miệng.

6



Tránh tiếp xúc với người bị sốt, ho, khó thở. Giữ khoảng cách trên 2 mét và đeo khẩu trang nếu phải tiếp xúc.

7



Che mũi miệng khi ho hoặc hắt hơi (tốt nhất bằng giấy lau sạch, khăn vải hoặc khăn tay hoặc ống tay áo). Vứt bỏ khăn, giấy, che mũi, miệng vào thùng rác và rửa sạch tay.

8



Tránh chỗ tập trung đông người.

9



Không khạc, nhổ bừa bãi.

10



Tự theo dõi sức khỏe:
Nếu bị sốt, ho, khó thở thì:
- Nghỉ học ở nhà, nói với bố mẹ báo cho nhà trường, nhân viên y tế.
- Gọi đường dây nóng Bộ Y tế: 19009095; 19003228 để được hỗ trợ.

HƯỚNG DẪN RỬA TAY ĐÚNG CÁCH ĐỂ PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID - 19 VÀ BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG HÔ HẤP



1
Làm ướt bàn tay bằng nước, lấy xà phòng chà 2 lòng bàn tay vào nhau.



2
Chà lòng bàn tay này lên mu và kẽ ngoài các ngón tay của bàn tay kia và ngược lại.



3
Chà hai lòng bàn tay vào nhau, miết mạnh các kẽ trong ngón tay.



4
Chà mặt ngoài các ngón tay của bàn tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại.



5
Dùng bàn tay này xoay ngón cái của bàn tay kia và ngược lại.



6
Xoay các đầu ngón tay này vào lòng bàn tay kia và ngược lại. Rửa sạch tay với vòi nước tới cổ tay và làm khô tay.

Ghi chú: Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng dưới vòi nước chảy trong ít nhất 30 giây mỗi lần. Nếu không có xà phòng, dùng nước rửa tay khô, hoặc nước rửa tay có chứa cồn (ít nhất 60% cồn). Từ bước 2 đến bước 5 thực hiện mỗi bước 5 lần

HƯỚNG DẪN ĐEO KHẨU TRANG ĐÚNG CÁCH ĐỂ PHÒNG, CHỐNG DỊCH COVID - 19 VÀ BỆNH LÂY TRUYỀN QUA ĐƯỜNG HÔ HẤP

Lưu ý: Giáo viên hướng dẫn, giúp đỡ đối với trẻ mầm non, học sinh tiểu học.

HƯỚNG DẪN ĐEO KHẨU TRANG VẢI ĐÚNG CÁCH:

Những người cần đeo khẩu vải:

- Người khỏe mạnh, không có các dấu hiệu bệnh về đường hô hấp như sốt, ho, khó thở, chảy nước mũi...khi đến các khu vực tập trung đông người như bến xe, nhà ga, sân bay, siêu thị...



1

Kéo khẩu trang vải che kín cả mũi lẫn miệng.



2

Trong quá trình đeo khẩu trang, tránh không dùng tay chạm vào mặt trước khẩu trang.



3

Khi tháo khẩu trang chỉ cầm vào phần dây đeo qua tai để tháo khẩu trang, tránh dùng tay cầm vào mặt trước của khẩu trang để tháo ra.



4

Giặt khẩu trang hàng ngày bằng xà phòng để dùng lại cho lần sau.



5

Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng để phòng bệnh.

HƯỚNG DẪN ĐEO KHẨU TRANG Y TẾ ĐÚNG CÁCH:

Những người cần đeo khẩu trang y tế:

- Cán bộ y tế tiếp xúc với người bệnh hoặc nghi ngờ mắc bệnh, tiếp xúc với mẫu bệnh phẩm
- Người chăm sóc hoặc tiếp xúc gần với người bệnh hoặc nghi ngờ mắc bệnh
- Người bệnh hoặc nghi ngờ mắc bệnh, người trong diện cách ly
- Người đến cơ sở y tế, người thực hiện nhiệm vụ trong vùng có dịch bệnh

KHẨU TRANG Y TẾ CHỈ DÙNG 1 LẦN



1

Rửa tay bằng xà phòng và nước sạch



2

Mở bao gói, lấy khẩu trang ra khỏi bao, tay cầm vào 1 cạnh bên.



3

Đặt khẩu trang lên mặt, mặt chống thấm (màu xanh) quay ra ngoài, mặt thấm hút (màu trắng) quay vào trong. 1 tay giữ mặt trước khẩu trang cố định trên mặt, 1 tay luồn 1 bên dây đeo qua tai sau đó làm ngược lại với bên kia.



4

Dùng 2 đầu ngón tay trở ấn chỉnh thanh kim loại trên mũi sao cho ôm sát sống mũi và mặt.



5

2 ngón tay cầm mép dưới của khẩu trang kéo nhẹ xuống dưới, đưa vào trong để khẩu trang bám sát vào mặt dưới cằm.



6

* **Tháo khẩu trang:** Tháo dây đeo khẩu trang, tay không chạm vào khẩu trang, loại bỏ khẩu trang vào thùng thu gom chất thải theo đúng quy định. Vệ sinh tay.

HƯỚNG DẪN KHI HỌC SINH ĐANG HỌC TẠI TRƯỜNG TRỞ THÀNH F0

* Trường hợp Học sinh là F0

a) Giáo viên chủ nhiệm:

- Thông báo cho Ban Y tế.
- Thông báo cho Phụ huynh học sinh; thực hiện trấn an và hỗ trợ tâm lý cho học sinh và gia đình.
- Giữ trật tự và theo hướng dẫn của nhân viên Y tế sàng lọc cho các em học sinh còn lại.



b) Nhân viên Y tế:

- Thông báo cho Y tế địa phương.
- Thông báo đến Ban phòng chống COVID -19 và thực hiện thống kê danh sách F1.
- Thực hiện xét nghiệm nhanh cho các trường hợp F1 nguy cơ.
- Thực hiện sát khuẩn phòng học và các khu vực liên quan.

c) Phụ huynh Học sinh:

- Đăng ký xét nghiệm RT-PCR cho học sinh tại TTYT/Bệnh viện để xác nhận chính xác.
- Thông báo TTYT địa phương để được hướng dẫn chăm sóc học sinh theo quy định.
- Liên hệ TTYT để xét nghiệm định kỳ và lấy chứng nhận hoàn thành cách ly sau 14 ngày.
- Sau 14 ngày cần cho học sinh xét nghiệm RT-PCR, nếu kết quả “âm tính” cần cung cấp hồ sơ cho GVCN để học sinh có thể quay trở lại trường.

d) Quy trình xử lý khi phát hiện Học sinh nhiễm COVID -19 tại cơ sở giáo dục (theo công văn số 9038/SYT-NVY ngày 03/12/2021)

Bước 1:

- Thông báo kết quả dương tính cho Trưởng Ban chỉ đạo phòng chống dịch, Tổ an toàn COVID-19 của cơ sở giáo dục và Phụ huynh học sinh.

Bước 2:

- Nếu có dấu hiệu suy hô hấp, thở nhanh hoặc khó thở hoặc SpO2 dưới 96% thì liên hệ và chuyển F0 đến bệnh viện có khoa/đơn vị COVID-19 trên cùng địa bàn, hoặc chuyển đến bệnh viện đã chiến điều trị COVID-19 gần nhất. Đồng thời thực hiện sơ cứu tại chỗ: nới rộng quần áo...

- Nếu F0 không có triệu chứng hoặc có triệu chứng nhẹ: Tư vấn, hướng dẫn Phụ huynh đưa học sinh về nhà để được trạm Y tế địa phương nơi cư trú tiếp cận xử lý theo quy định.

Bước 3:

- Tạm ngưng ngay tiết học, chuyển các học sinh còn lại sang phòng học khác để vệ sinh khử khuẩn lớp học và xét nghiệm kiểm tra cho toàn bộ học sinh, Giáo viên có mặt trong lớp (F1) bằng xét nghiệm nhanh kháng nguyên (mẫu gộp không quá 3 người).

- Các lớp học khác hoạt động bình thường.

- Nếu trong cùng một ngày phát hiện từ 02 trường hợp F0 trở lên ở 02 lớp học khác nhau, tổ chức ngay việc xét nghiệm tầm soát theo quy mô như sau:

- 02 lớp cùng tầng: xét nghiệm kiểm tra cho học sinh, Giáo viên của tất cả các lớp học trên cùng tầng.
- 02 lớp khác tầng, cùng khối nhà: xét nghiệm kiểm tra cho học sinh, Giáo viên của tất cả các lớp học trong cùng khối nhà.

*** Trường hợp Học sinh là F1**

Khi được xác định là F1, học sinh cần thực hiện sàng lọc. Nếu học sinh và Giáo viên giảng dạy có kết quả "âm tính":

- Bé có thể tiếp tục đi học và thực hiện test mỗi ngày. Trường có thể sử dụng bộ test nước bọt để quá trình thực hiện dễ dàng và không gây tâm lý sợ hãi cho bé.



HƯỚNG DẪN KHI HỌC SINH ĐƯỢC XÁC ĐỊNH LÀ F0 HOẶC F1 NGOÀI GIỜ HỌC

Nếu Học sinh được xác định là F0 hoặc F1 ngoài giờ học, Phụ huynh vui lòng cập nhật ngay với nhà trường.

- Trong trường hợp này, Phụ huynh học sinh thực hiện thông báo cho cơ quan Y tế địa phương để được hướng dẫn chi tiết và liên hệ lấy chứng nhận hoàn thành cách ly sau khi khỏi bệnh.

- Việc cập nhật đầy đủ thông tin trong trường hợp Học sinh là F0 hoặc F1 là vô cùng quan trọng đối với nhà trường, thông tin này sẽ giúp nhà trường đảm bảo an toàn cho tất cả thành viên của cộng đồng trường.

NHỮNG TRƯỜNG HỢP TRẺ CẦN ĐƯỢC THEO DÕI VÀ CHĂM SÓC TẠI NHÀ HOẶC KHÁM - ĐIỀU TRỊ TẠI CƠ SỞ Y TẾ

Nhằm đảm bảo an toàn và đảm bảo điều kiện chăm sóc sức khỏe tốt nhất cho học sinh của trường, quý Phụ huynh vui lòng theo dõi, chăm sóc sức khỏe trẻ tại nhà trong các trường hợp sau:

- Trẻ bị sốt từ 38 độ trở lên.
- Trẻ có một trong các dấu hiệu viêm đường hô hấp như đau họng, ho ỏi ra đờm, sổ mũi kèm với:
 - + Tiếp xúc gần với người F0 trong vòng 14 ngày.
 - + Có người trong gia đình bị F0, F1 trong vòng 14 ngày.
- Đau bụng hoặc nôn ói nhiều hơn 3 lần mỗi ngày.
- Có dấu hiệu nghi ngờ bệnh lý truyền nhiễm thông thường khác ở trẻ:
 - + Nổi nốt ở tay, chân miệng.
 - + Nổi nốt hồng ban bất thường trên da.
 - + Sưng đau vùng mang tai.
 - + Tiêu chảy nhiều hơn 3 lần mỗi ngày.
 - + Đỏ mắt.
 - + Đau mắt.
- Dấu hiệu nặng cần khám hoặc điều trị tại cơ sở y tế:
 - + Li bì, lừ đừ.
 - + Loạng choạng, dễ té.
 - + Khó thở.
 - + Ho nhiều, ho liên tục.
 - + Đau bụng liên tục.
 - + Nôn ói nhiều lần, không uống nước được.
 - + Chảy máu không cầm được (máu mũi, máu răng, vết thương nếu có,...).
 - + Tiêu phân đen.
 - + Co giật.



Nếu Phụ huynh cần sự hỗ trợ đặc biệt khác về phía trường, Phụ huynh đừng ngại trong việc thảo luận với trường để cùng tìm cách hỗ trợ phù hợp nhất cho các bên nhằm đảm bảo sức khỏe, an toàn cho bản thân trẻ, gia đình lẫn cộng đồng trường.

Để đảm bảo sự an toàn và hỗ trợ kịp thời hiệu quả cho Phụ huynh và bé trong quá trình học tập tại Trường, TOMATO xin gửi tới phụ huynh các thông tin về an toàn phòng chống dịch COVID -19 tại TOMATO, như sau:

QUY ĐỊNH AN TOÀN CỦA TOMATO



Luôn đeo khẩu trang ở các vực chung như sảnh chơi của bé, quầy chiêu sinh, đón trả bé ở cổng trường, các khu vực hành lang lớp học...



Giữ khoảng cách & tránh tụ tập: Tiêu chuẩn giãn cách tối thiểu là 1m trong không gian kín và 2m tại các không gian mở.



Không tập trung đông người khi không cần thiết.



Sát khuẩn tay và rửa tay thường xuyên.



Kiểm tra thân nhiệt của nhân viên, học sinh và phụ huynh trước khi vào không gian trường.



Nhà trường đảm bảo khử khuẩn không gian lớp học, dụng cụ thiết bị dạy học, đồ chơi bằng dung dịch y tế chuyên dụng.



Bố trí thùng rác lây nhiễm (thùng vàng, bọc vàng) trong khu vực lớp học và khu vực công cộng trong trường để bỏ khẩu trang, dịch tiết như nước bọt, dịch nôn, ...



Khai báo y tế: Phụ huynh/Học sinh/ Giáo viên được yêu cầu thực hiện KBYT hàng ngày trước khi vào trường thông qua ứng dụng PC - COVID.



Các vấn đề y tế và sàng lọc: Thực hiện sàng lọc và xét nghiệm y tế cho nhân viên/học sinh có thân nhiệt từ 38 độ C trở lên tại phòng sàng lọc và cách ly tạm thời của trường.

CÁC HOẠT ĐỘNG HỌC TẬP TẠI TOMATO

* Quy định chung

- Học sinh, Giáo viên thực hiện việc đeo khẩu trang theo hướng dẫn của cơ quan chức năng.
- Sắp xếp chỗ ngồi phù hợp để đảm bảo giãn cách an toàn.
- Đầu ngày và cuối ngày học, các phòng học sẽ được cải thiện thông khí bằng cách mở cửa tất cả các lớp học và mở quạt, trong quá trình trẻ sinh hoạt tại trường có thể dùng máy lạnh nhưng nhiệt độ được để từ 26 độ trở lên.
- Mỗi lớp học là một bong bóng, các bong bóng sẽ không tương tác với các bong bóng khác trong cùng không gian và khoảng thời gian.

* Giờ ăn trưa

- Học sinh sẽ được hướng dẫn khu vực ăn theo lớp và thực hiện giãn cách theo quy định (tối đa 4 học sinh/bàn, sắp đặt vị trí so le nhau).
- Suất ăn được chia sẵn trong khay tại khu vực ăn.
- Học sinh được đề nghị mang khẩu trang trong suốt quá trình di chuyển vào phòng ăn, chỉ tháo khi đã ổn định vị trí theo chỉ định.
- Trường hợp không đeo khẩu trang được trong giờ ăn, trường sẽ linh hoạt tăng cường các biện pháp phòng hộ khác để giảm thiểu tối đa nguy cơ lây nhiễm chéo: rửa tay, không giao tiếp khi ăn, đảm bảo khoảng cách an toàn.
- Giáo viên sẽ ăn trưa cùng với học sinh để khuyến khích thực hành các thói quen an toàn cũng như đảm bảo giãn cách.
- Nhân viên khác sẽ tham gia khung giờ ăn riêng so với giờ ăn của học sinh.



* Giờ ăn sáng – xế

- Nhằm đảm bảo khung giờ học, Phụ huynh vui lòng cho học sinh ăn sáng trước khi đi học
- Suất ăn xế sẽ được tổ chức tại lớp với các món bánh ăn nhẹ theo thực đơn.

* Hoạt động outdoor

- Trong thời gian này, nhà trường tạm ngưng các hoạt động tham quan ở những địa điểm đông người để đảm bảo an toàn cho bé.
- Trường sẽ tổ chức các hoạt động ngoài trời ở những địa điểm ít người, thoáng đãng, sạch sẽ & an toàn cho bé. VD: công viên gần trường...



* Các sự kiện

Nhà trường sẽ giám sát và hạn chế rủi ro của những sự kiện tập trung đông người.

- Giới hạn số lượng các sự kiện tổ chức.
- Giới hạn số lượng học sinh.
- Sử dụng không gian phù hợp.
- Xem xét sắp xếp và điều chỉnh các hoạt động khi cần thiết.
- Hoàn những hoạt động có nguy cơ tiếp xúc cao.



THÔNG TIN LIÊN HỆ

Email: info@tomato.edu.vn

Website: www.tomato.edu.vn

Hotline: 0906 616 212