



¡COTÍN DICE...

Maestro, **su ejemplo** nos ayudará a **crear la cultura del autocuidado**



SI PRESENTA LAS SIGUIENTES SITUACIONES TENGA EN CUENTA LA SIGUIENTE RUTA:

- Si ha estado en **contacto** con una persona que haya presentado **síntomas asociados al COVID-19** o **casos confirmados** de la enfermedad en los **últimos 15 días**.
- Si luego del chequeo diario presenta los siguientes síntomas: **tos, fiebre superior a 38°, dolor de cabeza, diarrea, dolores articulares, malestar general**.
- Diligenciar **diariamente** formulario de reporte de condiciones de salud.
- **Notificar** vía telefónica al **líder del COE** (Samuel Villamizar) sobre la situación que presenta.
- Establecer **comunicación con el ente prestador de salud** para recibir la atención médica requerida.



Antes de salir de casa

- Diligenciar **diariamente** formulario de reporte de condiciones de salud.
- Utilizar de forma **correcta** el tapabocas conforme a la **cartilla de bioseguridad de la Institución**.
- Guardar en la maleta personal, lo **estrictamente necesario** para la jornada escolar.
- Se recomienda mantener el **cabello recogido** como norma de bioseguridad.
- Lavar por **20 segundos** las manos antes de salir de casa conforme a las orientaciones de la **cartilla de bioseguridad de la institución**.



Se recomienda...

Mantener siempre a la mano el kit de desinfección personal. El colegio garantizará el suministro de elementos de bioseguridad requeridos y disponibles para todos los miembros de la comunidad educativa.



En el trayecto al colegio

- Utilizar **de manera permanente y correcta** el tapabocas.
- **Evitar tocar** las **superficies del vehículo** en que se transporta.
- **Mantener el distanciamiento** correspondiente conforme a la señalización del vehículo en que se moviliza.
- Al descender del vehículo **aplicarse gel antibacterial**.
- Se recomienda **no usar el celular** durante el traslado al colegio.



Al llegar al colegio

- **Realizar** los tres pasos del **protocolo de ingreso**: desinfección de zapatos, toma de temperatura y lavado de manos.
- Transitar dentro del colegio **siguiendo la señalización demarcada**.
- **Mantener el distanciamiento reglamentario** con los miembros de la comunidad educativa (un metro dentro del aula y dos metros en espacios al aire libre).
- Utilizar de manera **correcta** y **permanente** el **tapabocas**.
- **Desechar el tapabocas** en los **recipientes de color rojo**, cuando lo veas sucio o mojado.



En las aulas de clase

- Aplicar antibacterial **al ingresar y salir** de un aula.
- Mantener **desinfectado, limpio y ordenado** el escritorio con los elementos mínimos para su trabajo.
- **Respetar la demarcación** de ubicación del aula de clases.
- Antes de iniciar la clase, verificar que los estudiantes **realicen la desinfección de su pupitre**.
- Mantener el **distanciamiento de mínimo un metro** con tus compañeros y docentes.

- **No compartir útiles** con estudiantes ni compañeros, son de estricto uso personal.
- Hacer **uso correcto y permanente** del tapabocas.
- El aula de clase debe **mantenerse libre** de material de estudiantes.



En las zonas verdes

- **Mantener el distanciamiento de 2 mts.** con compañeros, estudiantes y demás miembros de la comunidad educativa.
- Utilizar de manera **correcta y permanente** el tapabocas.
- **No compartir** elementos deportivos, de juego y entretenimiento.
- Verificar que los estudiantes **cumplan los protocolos** existentes para el aprovechamiento de estas zonas.
- Hacer uso de las canecas rojas para **desechar el tapabocas** cuando sea necesario.



En la zona de restaurante

- Lavarse las manos **antes de ingresar** al restaurante.
- Ubicarse en uno de los **puestos autorizados** para su uso.
- Retirar el tapabocas y **guardarlo en la bolsa protectora** al momento de comer.
- Consumir los alimentos y retirarse del espacio **tan pronto termine** de comer.
- **Lavar las manos al salir** del área de restaurante.
- **Ponerse nuevamente el tapabocas o si requiere cambiarlo**, es el momento para hacerlo.
- **No dejar residuos de comida sobre la mesa.** Es preciso desecharlos de inmediato en la caneca correspondiente



En los baños

- Llevar **bien puesto** el tapabocas.
- Si solo va a lavar las manos **hay que hacerlo fuera de las baterías sanitarias**.
- **No llevar** ningún objeto al baño.
- Utilizar la unidad sanitaria **habilitada** para su uso.
- **Lavar las manos** al salir del baño.



Al volver a casa

- **Esperar la indicación de salida** conforme al protocolo.
- Cambiar de tapabocas, **desechando el anterior** en la caneca roja.
- **Aplicar gel antibacterial** al subir al vehículo de transporte.
- Se recomienda **no usar el celular** durante el traslado a la casa.
- **Usar el tapabocas de manera correcta** durante el trayecto a casa.
- Llevar sus **elementos personales** (morrall, lonchera, termo, entre otros) de vuelta a casa..



Al llegar a casa

- **Quitarse** los zapatos y **desinfectarlos**.
- Lavar las manos con agua y jabón **por 20 segundos**.
- **Retirar** el tapabocas y desecharlo.
- **Cambiarse de ropa**.
- **Desinfectar** los útiles y la maleta que llevó al colegio