

Benvolgudes famílies i alumnat,

Atesa la situació actual de tancament del centre, volem compartir amb vosaltres un seguit de recomanacions i propostes que pensem poden ser de la vostra utilitat. Cal recordar que, l'objectiu d'aquesta mesura de caire excepcional és mirar de frenar una propagació massiva i exponencial del coronavirus.

RECOMANACIONS A L'ALUMNAT

- Planifica el teu temps personal, tant de lleure com de treball, i el temps en família. Podria ser de molta utilitat que et fessis un horari que s'adapti a les teves necessitats.
- Hauries de mantenir la teva higiene diària afegint tenir molta cura en la neteja de les mans.
- Estigues informat, no sobreinformat. Cal poder desconnectar de l'excés d'informació i controlar el nivell d'alarma.
- No participis de les cadenes de notícies dubtoses i/o falses.
- En cas d'enviar missatges, fotos, comentaris... Mira de transmetre missatges positius, encoratjadors, de suport i solidaritat.
- Evita el contacte social (és la millor mesura per reduir la propagació), però no oblidis comunicar-te amb amics i familiars per correu, telèfon, xarxes...
- Aprofita per repassar, consolidar, aprofundir amb el repositori del moodle, el llibre, els apunts de classe.

RECOMANACIONS A LES FAMÍLIES

- Insteu als vostres fills i filles a realitzar activitat intel·lectual.
- El professorat facilitarà materials complementaris a l'activitat curricular normal via *moodle*, *drive* o pels mitjans que utilitza habitualment.
- És important que vetlleu per l'aprofitament del temps dels vostres fills i filles.
- Mireu de fer el màxim d'activitats en família i seguiu en la mesura del possible les recomanacions de les autoritats sanitàries.

ENLLAÇOS D'INTERÈS

- **App de Salut Respon:** És un qüestionari molt simple amb respostes "Si o No". Et demanen un número de telèfon per a posar-se en contacte amb la persona que tingui criteris de coronavirus. Un dels objectius de crear aquest apartat és no saturar els telèfons d'emergències 061 i 112.

<http://sem.gencat.cat/ca/061CatSalutRespon/app-061>

- <http://xtec.gencat.cat/ca/recursos/ccnn/>

- <http://xtec.gencat.cat/ca/recursos/projxarxa/eso/altres/>

- <http://xtec.gencat.cat/ca/recursos/projxarxa/eso/telematic/>

CANAL DE COMUNICACIÓ AMB EL CENTRE

- a8037206@xtec.cat

La Junta