

1. 練習洗手

教您的孩子邊洗手邊唱ABC字母歌或數至少20秒



秒的時間，並且使用正確洗手技巧

[洗手：家庭活動和影片 | 洗手](#)

2. 自製或購買口罩

可能的話，請盡量每天清洗口罩。

考慮自製或購買多個口罩，以便有時間清潔換洗。

[如何製作布口罩](#)以及
[如何清洗布口罩](#)



3. 練習戴上／脫下口罩



將要求學生在校車上、進出學校以及
在教室外時必須戴口罩。*

[如何安全戴上和脫下口罩](#)

4. 每天檢查症狀

您將需每天在孩子上學前檢查孩子的體溫和症狀。
如果您的孩子出現任何生病的跡象或是體溫達
華氏99.6度或以上，孩子就必須留在家裡並且必須
通知學校。

[新冠病毒／疾病篩檢](#)



5. 保持身體距離（6英尺）

和您的孩子複習保持身體距離規定。



可考慮在地上量好距離並且暫時放置紙
張來
做為視覺提示。

6. 更新疫苗接種

確保您的孩子注射了所有應接種的疫苗
，並且及早注射今年的流感疫苗。

[加州疫苗接種要求](#)
[SCCPHD疫苗接種信](#)



7. 更新醫療記錄以及提供文件

如果您對孩子回學校上學有顧慮並且需要更多支援
，請聯繫您孩子的主治醫師。



如果您的孩子有慢性病以及／或是需要在
上學期間服藥，請提供相關文件。

[在學校服藥](#)

8. 備妥一個可重複使用的水瓶

讓您的孩子帶一個可重複使用的水瓶到
學校。學校飲水機暫不使用。每間教室
裡將設置飲用水補充站。



9. 確認以及更新緊急連絡人資訊

如果您的孩子開始出現類似新冠病毒的症狀，



會被送到隔離室並且需要立刻接走。請
確保能連繫上連絡人並且可在15-30分
鐘內到校接走您的孩子

10. 掌握最新資訊

利用可靠消息來源，例如美國疾管局
和聖塔克拉拉公共衛生局，來獲得相
關知識

[新冠病毒事實說明—聖塔克拉拉縣和
新冠病毒疾管局](#)

