



15303 Westminster Way North | P.O. Box 33666 | Shoreline, WA 98133 | t. 206-364-4605 | northwestschool.com

IX. FLU SEASON GUIDELINES

As you may know, flu can be easily spread from person to person. Therefore, we are taking steps to reduce the spread of flu in our school. We want to keep the school open to students and function in a normal manner during the flu season. **We need your help to do this.**

We will monitor flu conditions in Washington and make decisions about the best steps to take concerning our school. If flu conditions become severe, we may take additional steps to prevent the spread of the virus such as:

- Conducting active fever and flu symptom screening of students and staff as they arrive at school.
- Making changes to increase the space between students, such as moving desks farther apart, postponing mainstreaming classes and field trips.
- Dismissing students or staff from school if they become sick with the flu.

We will do everything we can to keep our school functioning as usual. **Here are a few things you can do to help:**

- Teach your children to wash their hands often with soap and water. You can set a good example by doing this yourself.
- Teach your children not to share personal items like drinks, food or unwashed utensils, and to cover their coughs and sneezes with tissues. Covering up their coughs or sneezes using the elbow, arm or sleeve instead of the hand when a tissue is unavailable.
- Know the signs and symptoms of the flu. Symptoms of the flu include fever (100.4 degrees Fahrenheit, 37.8 degrees Celsius or greater), cough, sore throat, a runny or stuffy nose, body aches, headache, and feeling very tired. Some people may also vomit or have diarrhea.
- **Keep sick children at home for at least 24 hours after they no longer have a fever or do not have signs of fever, without using fever-reducing drugs such as Tylenol or aspirin.** Keeping children with a fever at home will reduce the number of people who may get infected.
 - As not all children have a fever when they are sick, please do not send them to school if they have other symptoms of the flu such as coughing or sneezing.
- **DO NOT SEND CHILDREN TO SCHOOL IF THEY ARE SICK.** Any children who are considered to be sick while at school will be sent home.

For further information about the flu in our community, please look at the King County Health Department website: www.kingcounty.gov/health/



15303 Westminster Way North | P.O. Box 33666 | Shoreline, WA 98133 | t. 206-364-4605 | northwestschool.com

IX. PAUTAS PARA LA TEMPORADA DE GRIPA

Como usted sabe, la gripa puede fácilmente ser transmitida de una persona a otra. Por lo tanto, estamos tomando pasos para reducir el contagio de gripa en nuestra escuela. Queremos mantener la escuela abierta a los estudiantes y funcionar de manera normal durante la temporada de gripa. **Necesitamos su ayuda para hacer esto.**

Vamos a monitorear las condiciones de gripa en Washington y tomar decisiones sobre los mejores pasos que tomar acerca de nuestra escuela. Si las condiciones de gripa llegan a ser severas, quizás tomaremos medidas adicionales para prevenir el contagio del virus tales como:

- Llevar a cabo constantemente la detección de los síntomas de la gripa de estudiantes y personal a medida que lleguen a la escuela.
- Hacer cambios para aumentar el espacio entre estudiantes, como apartar más los escritorios, posponer clases de incorporación y paseos.
- Permitir la salida a estudiantes o personal que se enferman de gripa.

Haremos todo lo que podamos para mantener a nuestra escuela funcionando normal. **Aquí hay algunas cosas que puede hacer para ayudar:**

- Enséñele a su hijo(a) a lavarse las manos seguido usando jabón y agua. Puede dar un buen ejemplo haciendo esto usted mismo.
- Enséñele a su hijo(a) a no compartir artículos personales como bebidas, comida o utensilios no lavados, y cubrirse con papel sanitario cuando tozan o estornuden. Usando la parte interna del codo, brazo o manga cuando tozan o estornude, en vez de usar la mano cuando no haya papel disponible.
- Conozca los signos y síntomas de la gripa. Síntomas de la gripa incluyen fiebre (100.4 grados Fahrenheit, 37.8 o más grados Celsius), tos, dolor de garganta, nariz con mucosidad o congestionada, dolores de cuerpo, dolores de cabeza, y mucho cansancio. Algunas personas también podrían vomitar o tener diarrea.
- **Mantenga a niños enfermos en casa por lo menos 24 horas después de no tener fiebre o no tengan señas de fiebre, sin tener que usar medicamentos para reducir fiebre, como Tylenol o aspirina.** Manteniendo a niños con fiebre en casa reducirá el número de gente que podrá ser infectada.
 - Como no todos los niños tienen fiebre cuando están enfermos, por favor no los mande a la escuela si tienen otros síntomas de gripa como toz o estornudo.

NO MANDE NIÑOS A LA ESCUELA SI ESTAN ENFERMOS. Cualquier niño(a) que es considerado enfermo mientras esta en la escuela será enviado a casa.

Para más información sobre la gripa en nuestra comunidad, por favor vea la página de internet del Departamento de Salud de King County: www.kingcounty.gov/health/