



Dipartimento della sanità
e della socialità

Infofamiglie

Newsletter

19.05.2020

Gentili Signore,
Egredi Signori,

dopo un periodo particolarmente intenso e difficile ci apprestiamo, gradualmente, a ristabilire una certa normalità. Nella presente newsletter potete trovare alcuni consigli utili per gestire al meglio questa ripartenza. Tuttavia, è importante ricordare che le regole di igiene e di comportamento messe in pratica fino ad ora rimangono valide ed è fondamentale continuare a seguirle scrupolosamente.

Un caro saluto,
Il team di Infofamiglie

Come ci si protegge dal nuovo coronavirus?

Ricordiamo le semplici misure di comportamento e di igiene raccomandate [dall'Ufficio federale della sanità pubblica](#) contro la diffusione del nuovo coronavirus:

- Tenersi a distanza
- Lavarsi accuratamente le mani
- Evitare le strette di mano
- Tossire e starnutire in un fazzoletto e nella piega del gomito
- In caso di sintomi, restare a casa
- Prima di andare dal medico o al pronto soccorso annunciarsi sempre per telefono
- Raccomandazione: usare la mascherina se non è possibile tenersi a distanza
- Se possibile, continuare a lavorare da casa

Progetto Pedibus: si ritorna a scuola, andiamoci a piedi e in sicurezza!

La riapertura delle scuole può essere l'occasione per riscoprire in sicurezza la strada e per andare a scuola a piedi o in bicicletta approfittando dei relativi benefici in termini di salute, ecologia e legami sociali. Il Pedibus è inoltre una soluzione efficace per ridurre il numero di genitori all'ingresso delle scuole e quindi i contatti più a rischio, quelli tra adulti.

Maggiori informazioni: www.pedibus.ch

Contatto: Caterina Bassoli, T 076 801 16 51, e-mail ticino@pedibus.ch

Scuole - Comportamento corretto per evitare contagi da COVID-19

Il Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport (DECS) ha prodotto un breve filmato informativo di sensibilizzazione indirizzato ad allievi, genitori e docenti che illustra in 3 minuti i principali comportamenti corretti da adottare a scuola per evitare contagi da COVID-19.

[Il filmato](#)

Sito cantonale "Il franco in tasca"

Un cambiamento inaspettato, una fattura imprevista – a volte far quadrare i conti può essere difficile. Le competenze finanziarie sono spesso un alleato prezioso, ma alcune situazioni richiedono l'intervento di un professionista. Sul sito de **Il franco in tasca** è possibile trovare materiale informativo, indirizzi utili, corsi gratuiti e proposte di attività per tutte le esigenze riguardo al tema dell'indebitamento eccessivo.

[Sito web Il franco in tasca](#)

Tra le proposte presenti sul sito si segnala in particolare il **progetto REBUS**, nell'ambito del quale sono previste, tra le altre cose, consulenze virtuali gratuite e consigli pratici per gestire il budget familiare durante l'emergenza sanitaria: www.rebusdeisoldi.ch

Giovani responsabili e in azione

Il mondo sta combattendo contro la pandemia di COVID-19. Anche la Svizzera è confrontata con questa emergenza, durante la quale i bambini sono costretti a passare gran parte del loro tempo a casa. In una simile situazione, è del tutto normale potersi sentire impauriti, confusi, arrabbiati o tristi. [L'Associazione Franca](#) propone alcuni consigli per imparare a restare attivi e per continuare a credere nei valori della scuola e del gioco, malgrado questo difficile periodo, che si potrebbe rendere più leggero attraversandolo tutti insieme con coraggio, fiducia e responsabilità. Per maggiori informazioni è possibile [scaricare il volantino](#).

Numeri e indirizzi utili

- **Hotline cantonale coronavirus: 0800 144 144**
- **Infoline per le aperture e le attività economiche consentite: 058 463 00 00**
- **Supporto psicologico coronavirus:** chiamando la hotline cantonale **0800 144 144** si può richiedere di essere messi in contatto con psicologi e psichiatri delle associazioni cantonali ATP e STPP. Il sostegno è raggiungibile anche tramite e-mail: sostegnopsi@fctsa.ch
- **Sito web ufficiale coronavirus Cantone Ticino:** www.ti.ch/coronavirus
- **Servizio di promozione e valutazione sanitaria Cantone Ticino:** [Pagina Facebook](#) e [Pagina Instagram](#) (@promozione_salute)
- **Sito web ufficiale della campagna nazionale "Così ci proteggiamo", Ufficio federale della sanità pubblica:** www.ufsp-coronavirus.ch

♥ **DISTANTI MA VICINI**
PROTEGGIAMOCI.ORA.
♥

Distanti ripartiamo

Grazie all'impegno di tutti oggi possiamo ripartire. Manteniamo alta la guardia e continuiamo a proteggerci rispettando semplici regole.

www.ti.ch/coronavirus

Sportello Coronavirus

Sportello Coronavirus è pensato per dare supporto alle famiglie in questo delicato momento. Il progetto è stato sviluppato dall'associazione Ticinoperbambini con il sostegno del Dipartimento della sanità e della socialità: [Sportello Coronavirus](#)

Divisione dell'azione sociale e delle famiglie

Viale Officina 6
6501 Bellinzona

infofamiglie@ti.ch
www.ti.ch/infofamiglie



Se non desidera più ricevere questa newsletter clicchi [qui](#).