

August 2009

Dear Parents/Guardians:

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 schools and community. We want to keep schools open to students and functioning in a normal manner during this flu season. **But, we need your help to do this.**

We are working closely with the Marin County Office of Education and the Marin County Public Health Department to monitor flu conditions and make decisions about the best steps to take concerning schools. We will keep you updated with new information as it becomes available.

If the flu becomes more severe, we may take additional steps to prevent the spread 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 people such as moving desks farther apart and postponing class trips; and
- dismissing students from school for at least seven days if they become sick.

For now we are doing everything we can to keep our schools 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 or an alcohol-based hand rub. 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 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 fever or do not have signs of fever, without using fever-reducing drugs. Keeping children with a fever at home will reduce the number of people who may get infected.
- **Do not send children to school if they are sick.** Any children who are determined to be sick while at school *will be sent home*.

For more information, visit www.flu.gov, or call 1-800-CDC-INFO for the most current information about the flu. For more information about flu in our community visit www.marinflu.org. We will notify you of any additional changes to our school's strategy to prevent the spread of flu.

Sincerely,

Agosto del 2009

Estimados Padres/Tutores:

Como ustedes saben, la gripe puede transmitirse fácilmente de persona a persona. Por lo tanto, estamos tomando medidas para reducir la propagación de la gripe en nuestras escuelas y en nuestra comunidad. Queremos mantener las escuelas abiertas a los estudiantes y funcionando de manera normal durante esta estación de la gripe. **Pero para hacerlo necesitamos su ayuda.**

Estamos trabajando en forma conjunta con la Oficina de Educación del Condado de Marin y el Departamento de Salud Pública del Condado de Marin para monitorear las condiciones de la gripe y tomar decisiones sobre los mejores pasos a seguir con relación a nuestras escuelas. Les mantendremos actualizados con la nueva información a medida que esté disponible.

Si la gripe se vuelve más severa, podríamos tomar pasos adicionales para prevenir la diseminación tales como:

- conducir un chequeo activo de la fiebre y síntomas de la gripe a los estudiantes y al personal cuando llegan a la escuela;
- hacer cambios para incrementar el espacio entre las personas tales como apartar escritorios y posponer paseos de la clase; y
- enviar a los estudiantes a la casa durante al menos 7 días si se enferman.

Por ahora estamos haciendo todo lo posible para mantener nuestras escuelas funcionando como de costumbre. Estas son algunas de las cosas que usted puede hacer para ayudarnos:

- **Enseñe a sus niños a lavarse las manos** con frecuencia con agua y jabón o con un gel a base de alcohol. Usted puede dar el ejemplo haciéndolo usted mismo.
- **Enseñe a sus niños a no compartir cosas personales** tales como comida, bebidas o utensilios no lavados, y a cubrirse la cara con pañuelos de papel desechables cuando tosen o estornudan. Si no hay pañuelos de papel, cubrirse la cara con el codo, el brazo o la manga en vez de la mano.
- **Conozca las señales y los síntomas de la gripe.** Los síntomas de la gripe incluyen fiebre (100 grados Fahrenheit, 37.8 grados Celsius o más), tos, dolor de garganta, congestión nasal, dolores de cuerpo, dolor de cabeza y cansancio. Algunas personas también podrían tener vómitos o diarrea.
- **Mantenga a los niños enfermos en la casa** durante al menos 24 horas después de que no tengan más fiebre o signos de fiebre, sin el uso de medicinas para reducir la fiebre. Mantener a los niños en casa reducirá el número de personas que puedan infectarse.
- **No envíe a los niños a la escuela si están enfermos.** Cualquier niño que se determine está enfermo mientras está en la escuela *se lo enviará a la casa.*

Para más información visite el sitio de Internet www.flu.gov, o llame al 1-800-CDC-INFO para la información más actualizada sobre la gripe. Le informaremos de cualquier cambio adicional a las estrategias de nuestras escuelas para prevenir la gripe.

Atentamente,