

**School City of Whiting  
Office of Health Service**

Dear Parents and Guardians,

Please review the following information and contact the school nurse if you have any questions.

**Screening Reminder**

As a reminder, parents/guardians should be screening their children daily. Students should be screened prior to getting on to a school bus, going into a school building, or attending any extracurricular practice/event.

Please do not send your child to school with any of the following symptoms and contact the school nurse:

- Fever or chills
- Cough
- Shortness of breath or difficulty breathing
- Fatigue
- Muscle or body aches
- Headache
- New loss of taste or smell
- Sore throat
- Nausea or vomiting
- Diarrhea

\*This is not a complete list of symptoms. Please contact your medical provider and the school nurse for any other symptoms that are severe or concerning to you.

**New Travel Guidelines**

If you plan on doing any international travel over spring break, please notify the school nurse and review the new CDC guidelines below.

- Get tested with a viral test 3-5 days after travel AND stay home and self-quarantine for a full 7 days after travel.
- Even if you test negative, stay home and self-quarantine for the full 7 days.
- If your test is positive, isolate yourself to protect others from getting infected.
- If you don't get tested, stay home and self-quarantine for 10 days after travel.
- Avoid being around people who are at increased risk for severe illness for 14 days, whether you get tested or not.

**Las Escuelas Públicas de Whiting  
La Oficina de Servicios de Salud**

Queridos Padres y Tutores,

Por favor revise la siguiente información y comuníquese con la enfermera de la escuela si tiene alguna pregunta.

**Recordatorio de Detección**

Como recordatorio, los padres / tutores deben evaluar a sus hijos todos los días. Los estudiantes deben ser evaluados antes de subirse a un autobús escolar, entrar a un edificio escolar o asistir a cualquier práctica / evento extracurricular.

**No permita que su hijo venga a la escuela con alguno de los siguientes síntomas y comuníquese con la enfermera de la escuela:**

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aliento o dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida del gusto u olfato
- Dolor de garganta
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

\* Esta no es una lista completa de síntomas. Por favor comuníquese con su proveedor médico y la enfermera de la escuela por cualquier otro síntoma que sea grave o que le preocupe.

**Nuevas Pautas de Viaje**

Si planea hacer algún viaje internacional durante las próximas vacaciones de primavera, notifique a la enfermera de la escuela y revise las nuevas pautas de los CDC a continuación.

- Hágase la prueba con una prueba viral 3-5 días después del viaje Y quédese en casa y póngase en cuarentena durante 7 días completos después del viaje.
- Incluso si la prueba es negativa, quédese en casa y póngase en cuarentena durante los 7 días completos.
- Si su prueba es positiva, aíslese para evitar que otros se infecten.
- Si no se hace la prueba, quédese en casa y póngase en cuarentena durante 10 días después del viaje.
- Evite estar cerca de personas que corren un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave durante 14 días, ya sea que se haga la prueba o no.