Lettera alla scuola

Compilala e inviala via email al coordinatore di classe, con copia al dirigente scolastico, tre o quattro giorni prima. Lo scopo è che nessuno senta parlare di emicrania per la prima volta durante l'incontro. Un modello di richiesta, non una consulenza legale.

A _____ Data _____

Vorrei concordare un piano scritto su cosa fare quando _____ (classe _____) ha un attacco di emicrania a scuola, così che ogni volta si faccia la stessa cosa, chiunque sia di turno.

Cosa chiedo. Gli adattamenti che ho spuntato qui sotto. Non chiedo alcun cambiamento in ciò che ci si aspetta da _____ sul piano scolastico.

Cosa vorrei che succedesse ora. Quindici minuti nelle prossime due settimane per decidere quali sono fattibili, e una persona di riferimento che sia responsabile del piano e lo riveda una volta a quadrimestre.

Grazie, _____ Recapito _____

COME SI PRESENTANO GLI ATTACCHI

COSA VEDRÀ IL PERSONALE, QUANTO DURA E COSA AIUTA NEI PRIMI DIECI MINUTI

FINORA IN QUESTO QUADRIMESTRE

ATTACCHI A SCUOLA	MEZZE GIORNATE PERSE	GIORNATE INTERE PERSE	VOLTE MANDATO A CASA

GLI ADATTAMENTI CHE CHIEDO

- ☐ Un posto buio e tranquillo dove sdraiarsi all'esordio, concordato prima — non il corridoio né la portineria
- ☐ Venti-trenta minuti lì *prima* che qualcuno mi chiami, invece di essere mandato a casa automaticamente
- ☐ Una bottiglietta d'acqua sul banco e il permesso di mangiare uno spuntino in classe
- ☐ Scadenze prorogate per i compiti persi a causa degli attacchi, trattati come assenza e non come questione di comportamento
- ☐ Un'aula separata e pause durante verifiche ed esami
- ☐ Altro: _____

Chiedi al pediatra o allo specialista di tuo figlio di compilare la sezione farmaci della pagina 2. Una scuola non segue le istruzioni di un genitore sui farmaci, ed è giusto così.

migrainejournal.app/it/downloads
Gratis da stampare e condividere · metti un link, non ricaricarlo

Piano per l’emicrania

Scritto per essere letto in quindici secondi da chiunque sia di turno. Appendilo invece di archiviarlo.

STUDENTE

CLASSE / SEZIONE

RESPONSABILE DEL PIANO

1 · COME SI PRESENTA UN ATTACCO NEI PRIMI DIECI MINUTI

COSA VEDRÀ DAVVERO IL PERSONALE — PALLORE, OCCHI SOCCHIUSI, MANO SU UN OCCHIO, SILENZIO IMPROVVISO

2 · COSA FARE, IN ORDINE

PRIMO PASSO — DOVE MANDARLO

LUCI SPENTE. TAPPARELLE GIÙ. LASCIARLO SDRAIARE.

SECONDO PASSO — DOPO 20–30 MINUTI

- [ ] Meglio: torna in classe
- [ ] Non meglio: chiamare a casa

NON SALTATE IL PRIMO PASSO

3 · FARMACI

DA COMPILARE A CURA DEL MEDICO PRESCRITTORE · ANNOTARE L’ORA DI SOMMINISTRAZIONE

4 · PERMESSI PERMANENTI

- [ ] Bottiglietta d’acqua sul banco
- [ ] Spuntino in classe
- [ ] Uscire dall’aula senza chiedere
- [ ] Occhiali da sole o cappellino al chiuso
- [ ] Sedersi lontano dalla finestra
- [ ] Luminosità dello schermo ridotta
- [ ] Testa sul banco per poco
- [ ] Saltare le assemblee

5 · DOPO

IL GIORNO DOPO UN ATTACCO È SPESSO ANNEBBIATO E SENZA ENERGIE. COSA COMPORTA PER COMPITI E SCADENZE

CONTATTO 1 — NOME E NUMERO

CONTATTO 2 — NOME E NUMERO

CHIEDERE SUBITO AIUTO MEDICO SE

Da compilare a cura del medico dello studente. Non compilarlo da internet. In emergenza chiamare il 112.

Concordato il _____ · da rivedere ogni quadrimestre · responsabile indicato sopra

migrainejournal.app/it/downloads
Gratis da stampare e condividere · metti un link, non ricaricarlo