Vision Australia

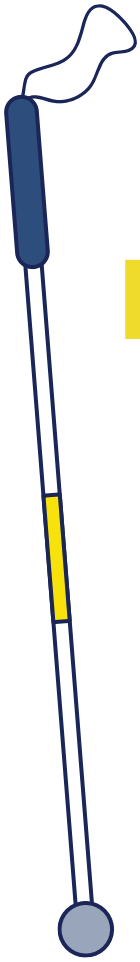
Tieni al sicuro le tue cose a scuola

La scuola è un posto affollato e ognuno ha le sue cose da tener d'occhio. L'obiettivo? Far sì che sia più facile sapere dove sono le tue cose, in modo da poterti sentire tranquillo e sicuro di te durante il giorno.

Modi semplici per rimanere organizzati



- Tieni le tue cose nello stesso posto ogni giorno
- Rimetti le cose a posto non appena hai finito di usarle
- Usa la stessa borsa o lo stesso contenitore per gli articoli scolastici
- Controlla di avere tutto prima di spostarti in un'altra stanza.



Rendi le cose più semplici per adattarle alla tua vista

- Usa etichette, consistenze o colori diversi per distinguere le tue cose
- Tieni gli oggetti importanti (come il bastone o la tecnologia assistiva) in un punto che sia sempre lo stesso e al sicuro, come lo zaino o l'ufficio dell'insegnante
- Adotta una routine costante così da sapere sempre dove guardare prima
- Chiedi aiuto per l'impostazione di sistemi che funzionano per te.



Durante la giornata scolastica

- Fai dei controlli veloci delle tue cose durante la giornata (dopo pranzo, dopo la lezione, non appena prima di rientrare a casa)
- Metti via le tue cose in tranquillità
- Chiedi aiuto a un insegnante o compagno se non riesci a trovare qualcosa
- Ricordati che va bene fermarsi, fare un respiro e ricominciare se le cose si fanno complicate.

C'è una cosa che puoi fare

Scegli una cosa importante e assegnale un posto speciale.

Puoi farcela

Va bene se le cose sembrano complicate all'inizio. Chiedi aiuto quando ne hai bisogno, prenditi il tempo che ti serve e ricorda che per imparare cose nuove ci vuole pratica. Tutti perdono qualcosa a volte, non preoccuparti se succede anche a te.

