AKTIV

PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID-19

aktiv SPORT | Rates Park Adventure Park | Picoto Adventure Park | aktiv INDOOR

um mundo de emoções e aventuras

COM O APOIO DE:

multianswer

1. INTRODUÇÃO

O presente Plano de Contingência consiste num conjunto de medidas definidas com o objetivo de proteger a saúde de todos aqueles que eventualmente possam interagir nas instalações detidas, exploradas ou onde se prestam serviço, tendo em especial atenção dos trabalhadores, clientes, fornecedores entre outros, através de medidas de prevenção e controlo da infeção do Coronavírus (COVID-19), garantindo tanto quanto possível o normal funcionamento desta entidade – **Grupo AKTIVSPORT (Mirra e Norte, Actividades desportivas e de Lazer, Lda, nos seus estabelecimentos.**

Todas as orientações, objetivos, medidas e procedimentos foram definidos com base nas linhas orientadoras da Organização Mundial de Saúde (OMS) e da Direção Geral da Saúde (DGS).

Assim este documento pretende dar resposta as preocupações e alertas da Direção Geral de Saúde (DGS) no sentido do **Grupo AKTIVSPORT** se preparar para enfrentar as consequências da epidemia provocada pelo Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19, assim como os procedimentos a adotar perante um trabalhador com sintomas de infeção.

1.1. ENQUADRAMENTO LEGAL

O empregador é responsável por organizar os serviços de segurança e saúde do Trabalho (SST) de acordo com o estabelecido no *Regime Jurídico da Promoção da Segurança e Saúde no Trabalho (RJPSST – Lei n.º 102/2009, de 10 setembro, na sua atual redação*).

É obrigação do empregador assegurar aos seus trabalhadores condições de segurança e saúde, de forma continuada e permanente, tendo em conta os Princípios Gerais de Prevenção (*artigo n.º 15 do RJPSST*).

As prescrições mínimas de proteção e segurança e da saúde dos trabalhadores contra os riscos da exposição a agentes biológicos no contexto de trabalho estão estabelecidas no *Decreto-Lei n.º 84/97, de 16 de abril.* À Autoridade de Saúde intervir em situações de grave risco para a Saúde Pública, procedendo à vigilância da saúde dos cidadãos e do nível sanitário dos serviços e estabelecimentos e determinando, quando necessário, medias corretivas, incluindo a interrupção ou suspensão de atividades ou serviços e o encerramento dos estabelecimentos. (*Decreto-Lei n. º 135/2013, de 4 de outubro*).

O Governo emitiu orientações (*Despacho n.º 2836-A/2020 de 02 de março, e Despacho n.º 2875-A/2020, de 03 de março*), no sentido do cumprimento pelos empregadores de práticas de prevenção e controlo da infeção pelo novo Coronavírus (COVID-19), nomeadamente através da elaboração de Planos de Contingência

1.2. OBJETIVO

Com o presente documento pretendemos antecipar e gerir o impacto da gripe que está associada ao vírus COVID – 19, na actividade do **Grupo AKTIVSPORT.**

O Plano de Contingência tem como objetivo principal dar uma resposta operacional que minimize as condições de propagação do vírus, mantendo a normal atividade desta empresa face ao risco de transmissão do COVID-19. Em caso de necessidade, o presente Plano contém as medidas necessárias para assegurar os serviços mínimos, bem como para, no limite, ponderar o encerramento da empresa/serviços.

Os estabelecimentos do Grupo AKTIVSPORT providenciarão, em permanente articulação com os serviços de saúde pública competentes, a informação e o aconselhamento adequados à evolução da situação, podendo, em consequência, este Plano ser revisto e atualizado sempre que se entenda necessário

2. EFEITOS DE UMA POSSÍVEL EPIDEMIA NO ESTABELECIMENTO

O estabelecimento deve estar preparado para a possibilidade de parte (ou a totalidade) dos seus trabalhadores não se apresentar ao trabalho, devido a doença, suspensão de transportes públicos, encerramento de escolas, entre outras situações possíveis.

2.1. O ESTABELECIMENTO DEVE AVALIAR

As actividades desenvolvidas pelo estabelecimento que são imprescindíveis de dar continuidade (que não podem parar) e aquelas que se podem reduzir ou encerrar/fechar/desativar.

Os recursos essenciais (matérias-primas, fornecedores, prestadores de serviços e logística) que são necessários manter em funcionamento para a empresa e para satisfazer as necessidades básicas dos clientes.

Os trabalhadores que são necessários garantir, sobretudo para as atividades que são imprescindíveis para o funcionamento da empresa. Deve-se equacionar a possibilidade de afetar trabalhadores adicionais (contratados, trabalhadores com outras tarefas, reformados) para desempenharem tarefas essenciais da empresa e, se possível, formá-los.

Os trabalhadores que, pelas suas atividades e/ou tarefas, poderão ter um maior risco de infeção por SARS-CoV-2 (ex. trabalhadores que realizam atividades de atendimento ao público).

As actividades do estabelecimento que podem recorrer a formas alternativas de trabalho ou de realização de tarefas, designadamente pelo recurso a teletrabalho, reuniões por vídeo e teleconferências e o acesso remoto dos clientes. Deve-se ponderar o reforço das infraestruturas tecnológicas de comunicação e informação para este efeito.

3. NOÇÕES FUNDAMENTAIS

3.2. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções infeciosas;
- Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 mícron).

O atual conhecimento sobre a transmissão do SARS-CoV-2 é suportado no conhecimento sobre os primeiros casos de COVID-19 e sobre outros coronavírus do mesmo subgénero. A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção. Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção.

As medidas preventivas no âmbito da COVID-19 a instituir pela empresa terão em conta as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/objetos contaminados).

3.3. PRIMCIPAIS SINTOMAS

Os principais sintomas são:

- Febre;
- Tosse;
- Dificuldade respiratória, falta de ar;
- Cansaço Fácil.

Em caso mais graves pode evoluir para pneumonia grave, insuficiência aguda, falência renal ou até morte.

3.4. DEFINIÇÕES

3.4.1. DEFINIÇÃO DE CASO E DE CONTACTO PRÓXIMO

A definição apresentada, baseada no ECDC, é decorrente da informação disponível à data. (Orientação foi atualizada ***a 04/março/2020)***,

3.4.1.1. CASO SUSPEITO

Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro **+** História de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa1, nos 14 dias antes do início de sintomas;

OU

Doente com infeção respiratória aguda **+** Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas;

OU

Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.

3.4.1.2. CASO PROVÁVEL

Caso suspeito com teste para SARS-CoV-2 inconclusivo ou teste positivo para pan-coronavírus **+** sem outra etiologia que explique o quadro.

3.4.1.3. CASO CONFIRMADO

Caso com confirmação laboratorial de SARS-CoV-2, independentemente dos sinais e sintomas.

3.4.1.4. CLASSIFICAÇÃO DO TIPO DE CONTACTO PRÓXIMO

3.4.1.4.1. ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO

Pessoa com:

- Coabitação com caso confirmado de COVID-19;
- Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo:
- Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI);
- Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2;
- Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2;
- Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex.: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos;
- Viagem com caso confirmado de COVID-19:
- Numa aeronave:
  - Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente);
  - Companheiros de viagem do doente;
  - Prestação direta de cuidados ao doente;
  - Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente;
  - Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo;
- Num navio:
  - Companheiros de viagem do doente;
  - Partilha da mesma cabine com o doente;
  - Prestação direta de cuidados ao doente;
  - Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente;
- A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).

3.4.1.4.2. BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO

(contacto casual) **Pessoa com**:

- Contacto esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19;
- Contato frente a frente a uma distância até 2 metros E durante menos de 15 minutos;
- Contato em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros OU durante menos de 15 minutos.

4. ORIENTAÇÕES, MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTEÇÃO GERAIS

Para contenção e mitigação da propagação do COVID-19, são recomendadas as seguintes medidas:

Reforçar a Informação e Formação a todos os trabalhadores parapara que sejam cumpridas as orientações da OMS e DGS no que diz respeito a:

- Manter o Afastamento Social;
- Reforçar os procedimentos Higienização e desinfeção nas instalações;
- Reforçar as boas práticas da Etiqueta Respiratória;
- Reforçar os procedimentos básicos de lavagem e desinfeção das mãos bem com do reforço da sua frequência.

Os Limitação ao máximo dos trabalhos exteriores que não sejam urgentes ou importantes, sempre que estes sejam imprescindíveis então a lotação dos veículos será limitada a 2 (dois ocupantes), o fornecimento de máscara bem como o uso destas é pratica obrigatória.

- A não realização de reuniões presenciais, que pela elevada acumulação de participantes possam constituir risco de focos de transmissão;
- trabalhadores que tenham estado em locais onde se verifica transmissão ativa do novo coronavírus devem:
- Estar atentos ao aparecimento de febre, tosse ou dificuldade respiratória;
- Verificar se alguma das pessoas com quem conviveu de perto desenvolveu sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória).

5. PREPARAÇÃO PARA FAZER FACE A UM POSSÍVEL CASO DE INFEÇÃO POR COVID 19 DE TRABALHADOR(ES)

5.1. RESPONSABILIDADES DE COMUNICAÇÃO

Todos os trabalhadores/equipas devem reportar à sua chefia direta, uma situação de doença enquadrada como Trabalhador com sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19;

Sempre que for reportada uma situação de trabalhador com sintomas, a chefia direta do trabalhador informa, de imediato, o empregador (ou alguém por este designado);

Nas situações em que o Trabalhador com sintomas necessita de acompanhamento (ex. dificuldade de locomoção), o(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao doente serão enunciados pela chefia.

5.2. INFORMAÇÃO E FORMAÇÃO AOS TRABALHADORES

Este Plano será divulgado a todos os trabalhadores através da sua disponibilização bem como a afixação em locais críticos como a área de isolamento de informação vital, da qual faz parte integrante os anexos como, *Telefones de Emergência, entre outros (ver anexos)*, constante deste documento, com o objetivo de:

- Esclarecer os trabalhadores, mediante informação precisa e clara, sobre a COVID-19 de forma a, por um lado, evitar o medo e a ansiedade e, por outro, estes terem conhecimento das medidas de prevenção que devem adotar.
- In(formar) os trabalhadores quanto aos procedimentos específicos a adotar perante um caso suspeito na empresa.
- Informar os trabalhadores quanto aos procedimentos e regras de segurança (Interna), conforme descrito no anexo I

Será tido em consideração toda a informação que é disponibilizada e atualizada no site da DGS bem como de outras entidades oficiais, como Governo, Autarquias e Proteção Civil e sempre que se justifique serão efetuadas revisões a este documento.

Toda a informação que seja atualizada/alterada será disponibilizada a todos os trabalhadores/equipas.

5.3. CONTACTOS DE SAÚDE

- A AKTIV Indoor terá em local estratégico e acessível (Ex área de Isolamento), os contactos uteis em situação de emergência Covid 19 (Ver anexo intitulado "**Telefones de emergênciaCOVID 19**".

5.4. EQUIPAMENTOS E PRODUTOS A COLOCAR NO ESTABELECIMENTO E QUE DEVEM EXISTIR EM LOCAIS ESTRATÉGICOS

O Grupo AKTIVSPORT, assegurará a existência dos seguintes equipamentos e produtos nas instalações:

→ ***Solução antisséptica de base alcoólica (SABA)*** e disponibilizar a mesma em sítios estratégicos (entrada de acesso, área de "isolamento", instalações sanitárias, Secretárias, balcão atendimento), conjuntamente com informação sobre os procedimentos de higienização das mãos (ver anexos – ***"Anexo Lavagem das mãos"*** e ***"Anexo Fricção antisséptica das mãos"***);

- → ***# Pórticos de desinfecção, higienização e medição de temperatura corporal, na entrada dos seus estabelecimentos.***
- → Máscaras cirúrgicas para utilização do trabalhador com sintomas (caso suspeito);
- → Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar, enquanto medida de precaução, pelos trabalhadores possam ter de prestar assistência ao Trabalhador com sintomas (caso suspeito);
- → Toalhetes de papel para secagem das mãos, nas instalações sanitárias e noutros locais onde seja possível a higienização das mãos;
- → Contentor de resíduos com abertura não manual e revestido no seu interior com saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micra);
- → Equipamentos de limpeza, de uso único, que serão eliminados ou descartados após utilização. Quando a utilização única não for possível, o procedimento adotado será o da limpeza e desinfeção após a sua utilização (ex. baldes e cabos), assim como a possibilidade do seu uso exclusivo na situação em que existe um Caso Confirmado na empresa. Nunca será utilizado equipamento de ar comprimido na limpeza, pelo risco de recirculação de aerossóis;

5.5. ÁREA DE "ISOLAMENTO"

A colocação de um trabalhador numa área de "isolamento" visa impedir que outros trabalhadores possam ser expostos e infetados. A definição desta área/local tem como principal objetivo evitar a propagação da doença transmissível na empresa e na comunidade.

Área de "isolamento" criadas nos estabelecimentos do **Grupo AKTIVSPORT** possuem as seguintes características:

- · A área de "isolamento" tem ventilação natural, possui revestimentos lisos
- · Esta área está equipada com: cadeira e/ou marquesa (para descanso e conforto do trabalhador, enquanto aguarda a validação de caso e o eventual transporte pelo INEM);
- · kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- · Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico); solução antisséptica de base alcoólica SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- · Toalhetes de papel; máscara(s) cirúrgica(s); luvas descartáveis; termómetro.
- · Nesta área existe na proximidade uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, que será de utilização exclusiva do Trabalhador com Sintomas/Caso Suspeito.

5.6. MEDIDAS DE LIMPEZA, HIGIENE E DESINFEÇÃO NAS INSTALAÇÕES

O vírus permanece em superfícies durante um período temporal que pode ir de algumas horas a 6 dias, e a limpeza e desinfeção frequente dos espaços diminui consideravelmente esse período. Assim, serão tomadas medidas adicionais de cuidados na limpeza e desinfeção de superfícies, de modo a prevenir a disseminação da COVID-19.

5.6.1. CARACTERÍSTICAS DE TRANSMISSÃO E PREVENÇÃO DA DOENÇA

O novo Coronavírus (SARS-CoV-2) pode transmitir-se por contacto direto e contacto indireto, através de gotículas expelidas para superfícies.

À luz do conhecimento atual pensa-se que o SARS-CoV-2 pode permanecer nas superfícies durante pelo menos 48 horas. Se não houver uma limpeza e desinfeção adequada, e o aumento da sua frequência, as superfícies podem constituir-se como reservatórios de vírus e de outros microrganismos.

Via de contacto direto	Via de contacto indireto
Através de gotículas que uma pessoa infetada transmite pela boca ou nariz quando fala, tosse ou espirra (e não utiliza as regras de etiqueta respiratória) podendo estas entrar diretamente para a boca ou nariz de uma pessoa que está muito próxima.	Através das mãos, que tocam nas superfícies contaminadas com as gotículas expelidas pelas pessoas infetadas e que depois são levadas à cara, à boca ou ao nariz inadvertidamente, sem termos feito a higiene das mãos.

Figura 1 – Vias de contacto com o novo Coronavírus
Fonte: Orientação n. º14/2020 da DGS datada de 21/03/2020

5.6.2. SUPERFÍCIES CRÍTICAS NA TRANSMISSÃO DA COVID-19

Todas as superfícies podem ser veículos de contágio, mas o risco deste contágio varia consoante a frequência de manipulação, de toque ou de utilização.

As superfícies com maior risco de transmissão são as de toque frequente, ou seja, as superfícies manipuladas ou tocadas, por muitas pessoas, e com muita frequência ao longo do dia.

5.6.3. PLANO DE LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO

Existirá um sistema de registo da limpeza com identificação das pessoas responsáveis e a frequência com que é realizada assim serão criadas e disponibilizadas/afixadas folhas de registo de limpeza nos locais de passagem que deverão ser assinadas pelos trabalhadores que executam estas tarefas, com a indicação de data e hora.

Todos os materiais e equipamentos utilizados no decorrer das actividades devem ser submetidos a limpeza e desinfecção, nos termos da orientação 014/2020 e 030/2020 da DGS

Os trabalhadores que irão proceder às tarefas de limpeza, serão informados dos produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante os procedimentos de limpeza dos espaços e como garantir uma boa ventilação dos mesmos durante a limpeza e desinfeção.

5.6.3.1. TÉCNICAS DE LIMPEZA

A limpeza seguirá a seguinte técnica:

- A limpeza será efetuada através de processos e técnicas húmidas não serão utilizados aspiradores a seco em zonas públicas, (salvo se forem aspiradores com tanque de água que recolhe a sujidade na água; este depósito será despejado e lavado entre cada uma das áreas a aspirar) nem utilizadas vassouras varrimento;
- A limpeza será sempre realizada no sentido de cima para baixo e, das áreas mais limpas, para as mais sujas:

  1) Paredes e teto (se aplicável)
  2) Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
  3) Equipamentos existentes nas áreas;
  4) Instalações sanitárias;
  5) Chão – é o último a limpar.

5.6.3.2. MATERIAIS DE LIMPEZA

Em relação aos materiais de limpeza, assegurar-se-á que:

- Existência de materiais de limpeza distintos (de uso exclusivo) de acordo com o nível de risco das áreas a limpar;
- Os panos de limpeza serão, preferencialmente, de uso único e descartáveis (usar e deitar fora), mas pode ser utilizado panos reutilizáveis, desde que, diferenciados por um código de cores, para cada uma das áreas, de acordo com o nível de risco. São exemplos:

  — Bancadas, mesas, balcão, puxadores e maçanetas, teclado e visor computador, rato, pegas de equipamentos de apoio transporte manual, terminais pagamento, objectos utilizados nas actividades,

tais como capacetes, arnês, mosquetão, bolas, entre outros: ***pano de cor azul***;

— Casas de banho:

pano só para limpar o lavatório: ***pano de cor amarelo***;

pano para as sanitas (exterior): ***pano de cor vermelha*** (em alternativa usar papel absorvente descartável)

— A parte interior da sanita não precisa de pano. Deve ser esfregada com o próprio piaçaba e com detergente de base desinfetante;

- O balde e esfregona para o chão são reutilizáveis, pelo que se garantirá uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização. O balde e esfregona serão diferentes, para as áreas atrás referidas. Por exemplo: o balde e esfregona usados nas casas de banho, não serão usados nas áreas dos espaços públicos.

5.6.3.3. FREQUÊNCIA DE LIMPEZA

Em relação à frequência de limpeza, assegurar-se-á que:

- A limpeza de superfícies de toque frequente pode ser realizada com detergente de base desinfetante, para conseguir um procedimento mais rápido, isto é, um produto[1] que contém na sua composição, detergente e desinfetante em simultâneo (2 em 1);
- A frequência de limpeza das superfícies de toque frequente será **diária**, mas se for necessário aumentar-se-á essa frequência;
- Chão: lavar com água quente e produtos desinfectante. A frequência de limpeza será ***diária***;
- Instalações sanitárias (casas de banho): lavar-se-á preferencialmente com produto que contenha na composição detergente e desinfetante porque é de mais fácil aplicação e desinfeção. ***A frequência de limpeza do chão será no mínimo, 3 vezes ao dia;***
- Cantina/Bar: A higienização de superfícies de toque será de acordo as recomendações para as actividades de restauração Depois da utilização pelo utente

5.6.3.4. PRODUTOS DE LIMPEZA E DESINFEÇÃO

Em relação aos produtos de limpeza e desinfeção, esta empresa assegurar-se-á que:

- Serão tomadas as medidas necessárias para proteger a saúde e o ambiente e garantir a segurança nos locais de trabalho, é necessário ter no estabelecimento as fichas de dados de segurança dos produtos ***FDS***;
- Serão cumpridas as indicações do fabricante e instruções nos rótulos dos produtos e nas FDS;
- Todos os produtos químicos estarão devidamente rotulados, fechados e conservados nas suas embalagens de origem, de modo a evitar o risco de contaminação de alimentos, por exemplo;
- Os produtos químicos serão armazenados fora das áreas onde são manuseados os alimentos, em local fechado e devidamente identificado e fora do alcance de crianças ou pessoas com necessidades especiais;
- Os detergentes a usar são os comuns ou de uso doméstico;
- Os desinfetantes que se irão utilizar são: a vulgar lixívia (hipoclorito de sódio) com pelo menos 5% de cloro livre na forma original e o álcool a 70%;
- Podem ser ainda utilizados produtos de desinfeção rápida sob a forma de toalhetes humedecidos no desinfetante e fornecidos em dispensador próprio (facilitando tirar 1 a 1 sem os contaminar). Estes são produtos que juntam habitualmente na sua composição, detergente e desinfetante compatíveis. Estes toalhetes se utilizados, serão para usar numa única vez, sendo proibida a sua reutilização, porque favorece a disseminação dos agentes contaminantes. Usar-se-á um toalhete para cada superfície e descartar-se-á para o caixote do lixo. *Não secar a superfície depois de usar o toalhete desinfetante, porque é necessário que a superfície fique molhada durante uns minutos até secar ao ar, para ser eficaz*;

1 Podem ter várias apresentações: líquida, gel, espuma ou spray. Não usar produtos em spray nas áreas de exposição e venda de alimentos já confecionados

- As partes metálicas das superfícies ou as que não são compatíveis com a lixívia, serão desinfetadas com álcool a 70% ou outro produto compatível, para evitar a corrosão ou danificação;
- Ao aplicar lixívia ou outro produto semelhante, abrir-se-ão as janelas para arejar e renovar o ar, ajudando também a secar mais rapidamente as superfícies.

5.6.3.5. USO DE EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL PELOS FUNCIONÁRIOS DE LIMPEZA

Em relação a equipamentos de proteção individual, esta empresa assegurar-se-á que:

- Os Colaboradores que limpam as áreas dos espaços públicos não são os mesmos que limpam as casas de banho;
- Nesta fase de possível disseminação do vírus, aconselha-se a que os profissionais de limpeza usem:
  - ***Bata impermeável***, embora possa também ser usado um avental impermeável por cima da farda (não usar a roupa que traz de casa);
  - ***Uma máscara comum*** bem ajustada à face a máscara *deve ser mudada sempre que estiver húm*ida (mínimo de 4-6 horas);
  - **Luvas resistentes aos desinfetantes** (de usar e deitar fora);
  - Utilizar ***uma farda limpa todos os dias*** e um ***calçado próprio*** só para as limpezas; a farda será lavada nos locais de trabalho e preferencialmente em máquina com ciclo de lavagem e desinfeção pelo calor não deve ser levada para casa, para ser lavada pelos funcionários;

NOTA: Na desinfeção de áreas de isolamento e/ou em grandes espaços onde se supõe que possam ter ocorrido casos de COVID-19 ou eventual disseminação, pode recorrer-se ao método de desinfeção por vapor de peróxido de hidrogénio, através da aquisição de uma máquina e produto próprio. Esta desinfeção é feita depois da limpeza prévia e só pode ser realizada com a área vazia (sem ninguém presente). Cumprir as instruções do fabricante/fornecedor para a utilização deste desinfetante em segurança.

5.6.3.5.1. LIMPEZA E DESINFEÇÃO DAS SUPERFÍCIES DE ÁREAS COMUNS

Na limpeza e desinfeção das superfícies de áreas comuns deve seguir as seguintes indicações:

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente.
- De seguida enxaguar só com água quente
- Em seguida, espalhar uniformemente o desinfetante
- Deixar secar ao ar.

5.6.3.5.2. LIMPEZA DAS INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

- Utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas.
- Seguir a sequência: o Iniciar a limpeza pelos lavatórios (1.º as torneiras e só depois o lavatório) e superfícies à volta destes;
  - Limpar as sanitas;
  - Limpar o chão.
- **Limpeza da sanita**:
- ***Parte interior***:

  limpar o interior da sanita apenas com o piaçaba:
  - Se houver urina ou fezes, descarregar primeiro o autoclismo;
    - Não deitar lixívia ou produto com amoníaco sobre a urina, porque provoca uma reação gasosa nociva para a saúde;
    - Aplicar o produto detergente com base desinfetante; deixar atuar durante pelo menos 5 minutos; o Esfregar bem por dentro com o piaçaba;

– Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
– Volte a puxar a água.

- ***Parte exterior da sanita***:

  – Espalhar o detergente/desinfetante na parte de cima da sanita e sobre os tampos;
  – Esfregar com o pano: primeiro os tampos e só depois, a parte exterior da sanita (em cima e nos lados);
  – Passar com pano só com água;
  – Deixar secar ao ar;
  – Limpar e desinfetar bem o botão do autoclismo. Pode desinfetar também com álcool a 70º-80º.

- No final da limpeza, deve voltar a passar um pano humedecido em desinfetante em todas as torneiras.
- Não esquecer de limpar frequentemente as maçanetas das portas das casas de banho.

5.6.3.5.3. LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES DA ÁREA DE ISOLAMENTO ONDE ESTEVE UMA PESSOA SUSPEITA OU CONFIRMADA DE COVID-19

Na limpeza e desinfeção das superfícies de áreas de quarentena ou isolamento, de suspeito ou doente confirmado, deve seguir as seguintes indicações:

- Esperar pelo menos 20 minutos depois de a pessoa doente, ou suspeita de estar doente sair da área de isolamento/quarentena e, só depois, iniciar os procedimentos de limpeza em segurança;
- Armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 mícron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico;
- Preparar a solução de lixívia (hipoclorito de sódio) com concentração original de 5% ou mais de cloro livre. A lixívia deve ser diluída na altura de utilizar. A solução diluída deve ser a 0,1%, na proporção de 1 parte de lixívia para 49 partes iguais de água;
- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
- Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;
- Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos – ler as instruções do fabricante/fornecedor. Esta etapa é fundamental;
- De seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
- Deixar secar ao ar.
- Abrir as janelas, fechando a porta, para promover a ventilação natural.

5.6.3.5.4. LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES QUE CONTENHAM SANGUE OU OUTROS PRODUTOS ORGÂNICOS

Na limpeza e desinfeção das superfícies de áreas que contenham sangue ou outros produtos orgânicos (vómito, urina, fezes), seguir-se-ão as seguintes indicações:

- Utilizando luvas resistentes, avental impermeável e óculos de proteção, absorver o mais possível o derrame com papel absorvente para não espalhar os líquidos;
- Aplicar de seguida a solução de lixívia na diluição de 1 parte de lixívia em 9 partes iguais de água;
- Deixar atuar durante pelo menos 10 minutos; tapar a zona afetada com toalhetes para que as pessoas não pisem e colocar o dispositivo/sinal de alerta para zona em limpeza de manutenção;
- Lavar a área suja com água e detergente comum; enxaguar só com água e deixar secar ao ar

5.6.3.5.5. LIMPEZA E DESINFEÇÃO DO LOCAL DE TRABALHO DO CASO SUPEITO/ CONTACTO PRÕXIMO

Proceder à abertura das janelas no local, fechando a porta (sempre que possível) para promover a ventilação

natural;

Proceder à limpeza e desinfeção geral do espaço, incluindo as maçanetas e puxadores das portas e janelas, as mesas/bancadas de trabalho, braços e costas das cadeiras; os computadores (monitores, teclados, ratos), caso existam, etc.;

Trocar o saco do caixote do lixo e armazenar os resíduos do caso confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 mícron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico

Colocar o dispositivo/sinal de alerta para zona em limpeza de manutenção.

Para a realização destas tarefas deverá ser considerado o seguinte:

- A limpeza/desinfeção deverá ser efetuada utilizando luvas, máscara de proteção e bata descartável e calçado conforme o referido em 5.6.3.5;
- O pano de limpeza utilizado destina-se apenas a este procedimento;

6. FASES DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

6.1. ATIVAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

A ativação do Plano de Contingência é determinada pelas chefias superiores ou pela entidade Empregadora.

- Quando se confirmar a PRIMEIRO CASO SUSPEITO de COVID – 19 na estrutura do Estabelecimento**,** ou quando se verificar CONTACTO PRÓXIMO.

6.1.1. PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS

Conforme o referido em 5.2 será afixado em locais críticos, informação vital da qual fazem parte integrante os anexos para os procedimentos específicos s enunciados no plano de contingência.

Como medidas específicas de protecção o **grupo AKTIVSPORT**, ainda adoptou as medidas, conforme descritas anexo I deste plano.

6.1.1.1. PROCEDIMENTOS DE COLOCAÇÃO DE MÁSCARA CIRÚRGICA

Procedimentos de colocação de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);

Conforme o referido em 5.2 será afixado em locais críticos informação vital da qual fazem parte integrante os ***anexos para os procedimentos de colocação de máscara cirúrgica***.

Anexo – Colocação de Máscara Cirúrgica

6.1.1.2. PROCEDIMENTOS DE CONDUTA SOCIAL

- Procedimentos de conduta social (ex. alterar a frequência e/ou a forma de contacto entre os trabalhadores e entre estes e os clientes evitar o aperto de mão, as reuniões presenciais, os postos de trabalho partilhados).
- • Evitar contacto próximo com pessoas com infeção respiratória;
- • Evitar tocar na cara com as mãos;
- • Evitar partilhar objetos pessoais ou comida em que tenha tocado;
- • ***Evitar tocar na cara,*** principalmente:
  - **NARIZ,**
  - **BOCA,**
  - **E OLHOS.**
- Se possível manter 2m de distância entre os postos de trabalho, ou no caso de atendimento ao público/ vendedores/fornecedores/clientes manter a maior distância possível.

Conforme o referido em 5.2 Será afixado em locais críticos informação vital da qual fazem parte integrante os ***anexos para os procedimentos de conduta social.***

- **Anexo – Cartaz – COVID 19**
- **Anexo – Panfleta – COVID 19**

6.1.1.3. PROCESSO (INTERNO) DE REGISTO DE CONTACTOS COM O CASO SUSPEITO

- Processo (interno) de registo de contactos com o Caso Suspeito; utilizar o Formulário "**REGISTO INTERNO DE CONTACTOS COM O CASO SUSPEITO** em anexo e fornecer à Autoridade de Saúde Local.

6.1.2. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO

PASSO A TOMAR	CASO SUSPEITO
1	Qualquer trabalhador com sinais e sintomas de COVID-19 e ligação epidemiológica, ou que identifique um trabalhador na empresa com critérios compatíveis com a definição de caso suspeito, informa a chefia direta (preferencialmente por via telefónica) e dirige-se para a área de "isolamento".
2	A chefia direta deve contactar, de imediato, o empregador (preferencialmente por via telefónica). Nas situações necessárias (ex. dificuldade de locomoção do trabalhador) o empregador (ou chefia direta) assegura que seja prestada, a assistência adequada ao Trabalhador até à área de "isolamento". Sempre que possível deve-se assegurar a distância de segurança (superior a 1 metro) do doente.
3	O(s) trabalhador(es) que acompanha(m)/presta(m) assistência ao Trabalhador com sintomas, deve(m) colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção (PBCI) quanto à higiene das mãos, após contacto com o Trabalhador doente.
4	O Trabalhador doente (caso suspeito de COVID-19) já na área de "isolamento", contacta o SNS 24 (808 24 24 24). Nota: O trabalhador deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição clínica o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio trabalhador (ver anexo – Colocação de mascara cirúrgica que deverá estar afixada nesta área) Deve ser verificado se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face. Em homens com barba, poderá ser feita uma adaptação a esta medida máscara cirúrgica complementada com um lenço de papel). Sempre que a máscara estiver húmida, o trabalhador deve substituí-la por outra.
5	O profissional de saúde do SNS 24 questiona o Trabalhador doente quanto a sinais e sintomas e ligação epidemiológica compatíveis com um caso suspeito de COVID-19. Nota: Após avaliação, o SNS 24 informa o Trabalhador.
6	Se não se tratar de caso suspeito de COVID-19. Nota: O SNS define os procedimentos adequados à situação clínica do trabalhador.
7	Se se tratar de caso suspeito de COVID-19: Nota: O SNS 24 contacta a Linha de Apoio ao Médico (LAM), da Direção-Geral da Saúde, para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser: Caso Suspeito Não Validado. Este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do trabalhador. O trabalhador informa o empregador da não validação, e este último deverá informar o médico do trabalho responsável. Caso Suspeito Validado. A DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. A chefia direta do Trabalhador informa o empregador da existência de um caso suspeito validado na empresa.

6.1.3. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO VALIDADO

PASSO A TOMAR	CASO SUSPEITO VALIDADO
1	Caso suspeito validado: O trabalhador doente deverá permanecer na área de "isolamento" (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada da equipa do Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), ativada pela DGS, que assegura o transporte para o Hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais; O acesso dos outros trabalhadores à área de "isolamento" fica interditado (exceto aos trabalhadores designados para prestar assistência); O empregador colabora com a Autoridade de Saúde Local na identificação dos contactos próximos do doente; (fornecendo o anexo – Registo Interno de Contactos Próximos) O empregador informa o médico do trabalho responsável pela vigilância da saúde do trabalhador; O empregador informa os restantes trabalhadores da existência de caso suspeito validado, a aguardar resultados de testes laboratoriais. Nota: A Autoridade de Saúde Local informa o empregador dos resultados dos testes laboratoriais.
2	Se o Caso for infirmado: Nota: este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais da empresa, incluindo de limpeza e desinfeção. Nesta situação são desativadas as medidas do Plano de Contingência da empresa;
3	Se o Caso for confirmado, o Empregador deve: Nota: A área de "isolamento" deve ficar interditada até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local. Esta interdição só poderá ser levantada pela Autoridade de Saúde. Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de "isolamento" conforme o descrito em 5.6.3; Deve reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do posto de trabalho do doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este) conforme o descrito em 5.6.3; Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 mícron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico. Nota: A Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o médico do trabalho, comunica à DGS informações sobre as medidas implementadas na empresa, e sobre o estado de saúde dos contatos próximos do doente.

6.1.4. PROCEDIMENTOS DE VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

Considera-se "Contacto Próximo" um trabalhador que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19.

O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância.

O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

Perante um Caso Confirmado por COVID-19, além do referido anteriormente, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos a Autoridade de Saúde Local, em estreita articulação com o empregador e o médico do trabalho, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais) – Utilizar o formulário interno de **REGISTO INTERNO DE CONTACTOS COM O CASO SUSPEITO EM ANEXO e fornecer à Autoridade de Saúde Local.**
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário). O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida

de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO	BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO" (CASUAL)
Pessoa com: Coabitação com caso confirmado de COVID-19; Exposição associada a cuidados de saúde, incluindo: Prestação direta de cuidados a caso confirmado de COVID-19 (sem uso de EPI); Contacto desprotegido em ambiente laboratorial com amostras de SARS-CoV-2; Contato físico direto (aperto de mão) com caso confirmado de COVID-19 ou contato com secreções contaminadas com SARS-CoV-2; Contacto em proximidade (frente a frente) ou em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19 (ex: gabinete, sala de aulas, sala de reuniões, sala de espera), a uma distância até 2 metros durante mais de 15 minutos; trabalhador que partilhou com o caso confirmado loiça,copos, talheres ou outros objectos ou equipamentos que possam estar contaminados) Viagem com caso confirmado de COVID-19: Numa aeronave: Sentado até 2 lugares para qualquer direção em relação ao doente (2 lugares a toda a volta do doente); Companheiros de viagem do doente; Prestação direta de cuidados ao doente; Tripulantes de bordo que serviram a secção do doente; Se doente com sintomatologia grave ou com grande movimentação dentro da aeronave, todas as pessoas são contacto próximo; Num navio: Companheiros de viagem do doente; Partilha da mesma cabine com o doente; Prestação direta de cuidados ao doente; Tripulantes de bordo que serviram a cabine do doente; A Autoridade de Saúde pode considerar como contacto próximo, outras pessoas não definidas nos pontos anteriores (avaliado caso a caso).	Pessoa com: Contacto esporádico (em movimento/circulação) com caso confirmado de COVID-19 (ex: em movimento/circulação durante o qual houve exposição a gotículas/secreções respiratórias através de conversa face-a-face superior a 15 minutos, tosse ou espirro) contato frente a frente a uma distância até 2 metros E durante menos de 15 minutos; contato em ambiente fechado com caso confirmado de COVID-19, a uma distância superior a 2 metros OU durante menos de 15 minutos. Trabalhador que prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex: utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos)

O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 12 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contatos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição a caso confirmado.

VIGILÂNCIA DE ALTO RISCO DE EXPOSIÇÃO	VIGILÂNCIA DE BAIXO RISCO DE EXPOSIÇÃO (CASUAL)
Monitorização ativa pela Autoridade de Saúde Local durante 14 dias desde a última exposição; Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; Restringir o contacto social ao indispensável; Evitar viajar; Estar contactável para monitorização ativa durante os 14 dias desde a data da última exposição.	Auto monitorização diária dos sintomas da COVID-19, incluindo febre, tosse ou dificuldade em respirar; Acompanhamento da situação pelo médico do trabalho. Nota: Se se verificarem sintomas da COVID-19 e o trabalhador estiver na empresa, devem-se iniciar os “Procedimentos num Caso Suspeito”; Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

6.2. DESATIVAÇÃO DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

O plano é descativado por determinação da Entidade Empregadora mediante informação da Autoridade de Saúde Local.

6. BIBLIOGRAFIA

Orientação nº 006/2020 de 26/02/2020 emitida pela DGS

Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 emitida pela DGS

Orientação nº 036/2020 de 25708/2020 emitida pela DGS e actualizada a 04/09/2020

Orientação nº 030/2020 emitida pela DGS

7. ANEXOS

- Cartaz – Como Lavar os mãos disponibilizados pela DGS;
- Cartaz – Fricção Antisséptica das mãos disponibilizados pela DGS;
- Colocação de Máscara Cirúrgica
- Telefones de emergência;
- Formulário Registo interno de contactos como caso suspeito;
- Sinalética Área de Isolamento

ANEXO I

Procedimentos e regras de segurança (Interna)

Procedimentos e regras de segurança (Interna)

1. Monitores

Transporte partilhado e/ou Utilização de transportes públicos

- Sempre que possível evitar transportes públicos ou partilhados;
- Na utilização de transporte partilhado ou transporte público, os monitores devem usar mascara de protecção.
- Proceder à desinfecção das mãos, momentos antes da viagem. Minimizar o toque de superfícies e sempre que o façam devem desinfectar as mãos com solução anti-séptica de base alcoólica que devem possuir sempre consigo.
- Os monitores, durante a viagem devem ter o cuidado de não tocar na boca, nariz e olhos.
- Deve ser adoptada sempre a regra de etiqueta respiratória mesmo usando mascara
- No transporte partilhado os monitores devem, preferencialmente viajar com as janelas abertas, para potenciar a renovação do ar do veículo
- No transporte partilhado, evitar a recirculação mecânica do ar através do sistema de ventilação

Deslocação em viatura do Grupo AKTIVSPORT:

- No transporte/deslocação partilhado em veículos da AKTIVSPORT verifique que o mesmo é higienizado, de acordo o plano de higienização estabelecido, caso isso não aconteça deve ser comunicado as chefias directas

Nota: Diariamente o responsável da viatura deverá promover a higienização, com solução alcoólica as superfícies da viatura: volante, alavanca de velocidades, tablier, puxadores portas.

- Em viagens com veículos da AKTIVSPORT, os monitores devem usar mascara de proteção, sempre que não viajarem sozinhos
- Proceder à desinfecção das mãos, momentos antes da viagem utilizando desinfectante mãos de solução anti-séptica de base alcoólica que devem possuir sempre consigo.
- Os monitores, durante a viagem devem ter o cuidado de não tocar na boca, nariz e olhos.
- Deve ser adoptada sempre as regras de etiqueta respiratória mesmo usando mascara
- Devem preferencialmente, viajar com as janelas abertas, quando as deslocações sejam efectuadas com duas pessoas, para potenciar a renovação do ar.
- Evitar a recirculação mecânica do ar através do sistema de ventilação

2. Período de pausas laborais e/ou refeições

- **É** reduzido para 1/3 o número de ocupantes na utilização de espaços comuns no interior da aktiv Indoor, e do tempo total de permanência no mesmo. (Se necessário estabelecer turnos para as refeições e intervalos. E estas informações afixadas.
- Nos locais de utilização comum deve ser afixado e o cumprimento da distância de segurança, incluindo em espaços com lugares sentados como bares e/ou cantina.
- No bar e/ou cantina os lugares devem ser reduzidos, de forma a garantir a distancia de 2 metros entre mesas, bem como, o nº de ocupantes por mesa.
- Deve ser vedada a permanência de pessoas ao balcão, caso exista.
- Nestes locais, é obrigatório o uso de **máscara, sendo apenas permitida a sua remoção no momento da toma de bens alimentares.**
- No acesso ao bar e/ou cantina deve ser promovido a higienização das mãos à entrada e depois à saída, pelo que no acesso ao mesmo deve ser colocado higienizante.
- Nota: A Higienização destes locais é comtemplada no plano de higienização, e atende as orientações específicas na matéria da D.G.S.
- Utilizar utensílios apenas trazidos de casa (prato, talheres, guardanapo, copo); ou disponibilizado no bar material descartável, ou seja de utilização única.
- Adoptar sempre regras de etiqueta respiratória na utilização dos espaços comuns.
- Deve ser promovido o arejamento e renovação do ar interior (abertura de portas e janelas) nestes

locais;
- Devem ser evitados contactos com a face, em particular boca, nariz e olho;

3. Locais actividades

- Todos os monitores no interior, devem usar mascara de protecção.
- Adoptar sempre a regra de etiqueta respiratória mesmo usando máscara
- Cada monitor deve preferencialmente dispor do seu próprio material de trabalho, arnês, capacete, etc..
- Nos equipamentos de utilização comum deve ser feita a higienização das superfícies de grande contacto, como por exemplo, capacete, mosquetão, bolas, e, outros objectos preferencialmente por cada monitor antes da utilização do publico em geral
- Após a utilização de equipamentos comuns, as mãos devem ser Higienizadas (por lavagem ou desinfecção).
- A higienização diária destes locais de trabalho no fim da jornada do trabalho está comtemplada no plano de higienização estabelecido como reforço à prevenção do vírus
- Promover a circulação natural de ar nos locais de trabalho por meio de abertura de janelas (Se existirem) ou portas.
- Deve ser promovido o distanciamento entre utilizadores, pelo que deve ser limitado o número de utilizadores por local de actividade existente
- Deve ser promovido a colocação de dispensadores de desinfectante á base de álcool junto aos locais de actividades

6. Acesso ao interior por parte de monitores, público em geral, Fornecedores, visitantes, etc

a. RECCEÇÃO/ENTRADA

- Nesta área, é disponibilizado desinfectante à base de álcool para a desinfecção das mãos por parte de todas as pessoas (Monitores, e, publico em geral) no acesso ao interior das instalações
- Deve ser colocado à disposição das pessoas nos locais de acesso ao interior de m**áscaras descartáveis (caso alguém não disponha)**
- **Na recepção dos estabelecimentos do grupo da AKTIVSPORT, existe um pórtico de desinfeção, higienização e medição de temperatura corporal, pelo qual deverão passar todos os clientes, fornecedores e colaboradores.**

b. CIRCULAÇÃO INTERIOR

- Foi criado, também um circuito para circulação no interior, desde o acesso propriamente dito ao interior, e, entre locais das actividades, sobretudo nos locais com probabilidade de maior cruzamento.
- Deve ser promovido o distanciamento físico recomendado pelos utilizadores
- Sempre que possível limitar o acesso de pessoas a outras áreas restritas
- Todos os utilizadores, devem usar máscara de protecção
- Sempre que possível limitar o acesso de pessoas a outras áreas restritas

6. INSTALAÇÕES SANITÁRIAS

Nos estabelecimentos do grupo AKTIVSPORT existem instalações sanitárias, separadas por sexo, à disposição, e utilização exclusiva por parte dos utilizadores.

Em ambos as instalações sanitárias, por forma assegurar o distanciamento entre utilizadores, criou-se um sistema de limitação no acesso e utilização de cacifos, e bancos, atribuindo um código de cores, onde todos os materiais que disponham a cor verde podem ser utilizados, e os de cor vermelho, encontram-se inutilizados temporariamente.

Foi ainda, vedado o acesso aos chuveiros temporáriamente

6. ÁREAS GABINETES/ESCRITÓRIOS

As divisões partilhadas por mais que um posto de trabalho, foram dispostos de modo que os monitores, quando em simultâneo estejam distanciados cerca de 2 metros uns dos outros.

Cada posto de trabalho é utilizado exclusivamente pelo próprio monitor, tendo disponível no seu local, dispensador dotado com desinfectante de mãos.

Da mesma forma, os materiais e utensílios, equipamentos e outros foram distribuídos em nº suficiente, de forma a minimizar trocas entre os monitores.

Cada monitor é responsável pela higienização diária dessas superfícies de contacto.

Todos os colaboradores usam preferencialmente máscara de protecção.

aktivsport.pt

ORGANIZAÇÃO
E ANIMAÇÃO
DE EVENTOS

ratespark.pt

AVENTURE
PARK

picotopark.pt

ADVENTURE
WITH A VIEW

aktivindoor.pt

PARQUE DE
DIVERSÕES
INDOOR

NORTE2020

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA

Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional