



**MANUAL DE PROCEDIMENTOS DE
PROTEÇÃO DE ALUNOS,
DOCENTES E NÃO DOCENTES DO
AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE
ANADIA**

INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

15de setembro de 2020

ÍNDICE

1.	ACESSO ÀS INSTALAÇÕES.....	2
2.	REGISTO DE ENTRADAS.....	2
3.	PROCEDIMENTO DE ENTRADA E SAÍDA DAS INSTALAÇÕES DESPORTIVAS	2
4.	MATERIAL OBRIGATÓRIO PARA AS ATIVIDADES LECTIVAS.....	3
5.	REGRAS GERAIS APLICÁVEIS AS ATIVIDADES LECTIVAS	3
6.	PLANO DE CONTINGÊNCIA.....	4
7.	DISPOSIÇÕES LEGAIS	4
	I- ANEXO 1	5
	II- ANEXO 2.....	6
	II- ANEXO 3	7

1. ACESSO ÀS INSTALAÇÕES

Apenas é autorizado o acesso às instalações desportivas a alunos, professores e auxiliares de educação, que não apresentem qualquer sintomatologia sugestiva de COVID-19 (tosse, febre (>38º), dificuldade respiratória, corrimento nasal, dor de garganta, dor de cabeça, dores musculares, dores nas articulações, cansaço, diarreia ou perda do olfato e paladar).

É obrigatória a utilização de máscara no recinto exterior das Instalações desportivas e no interior das mesmas. Apenas os alunos estão dispensados de utilização de máscara durante o seu período de aula prática. Todos os restantes agentes deverão manter a utilização de máscara durante toda a sua permanência no recinto escolar, com exceção dos Professores de Educação Física que têm dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara apenas durante a lecionação de períodos de sessões de exercício que impliquem realização de exercício físico. (retirado das orientações da DGS para EF).

2. REGISTO DE ENTRADAS

O Agrupamento de escolas manterá um registo diário de todos os agentes que utilizarem as instalações desportivas. Através do registo de presenças dos alunos nas aulas de Educação Física.

3. PROCEDIMENTO DE ENTRADA E SAÍDA DAS INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

A entrada na instalação desportiva é realizada unicamente para a realização da atividade lúdica. **O aluno deve apresentar-se equipado na referida atividade letiva procedendo a troca de calçado.** Após autorização de entrada, o aluno deverá adotar o seguinte procedimento:

- a. Desinfecção do calçado em tapete próprio;
- b. Desinfecção das mãos (solução fornecida pela Escola);
- c. Deslocação para o balneário indicado, onde deverá apenas efetuar a substituição da roupa e do calçado e guardar o seu saco/mochila;
- d. Colocar a máscara e dirigir-se ao recinto desportivo (durante a prática, esta deve ser guardada em local próprio).

Após a conclusão da aula, **todas as turmas devem proceder à desinfecção do material utilizado de acordo com as instruções do professor/funcionário.** Para procedimento de saída da instalação desportiva o aluno deverá:

- a. Desinfetar as mãos;
- b. Colocar a máscara;
- c. Substituir o calçado da aula pelo calçado de rua;
- d. Sair do recinto pela porta indicada.

O acesso as Instalações desportivas será realizado da seguinte forma:

	Recinto Escolar	Entrada Pavilhão	Saída Pavilhão
Escola EB23 Vilarinho do Bairro	Local de frente aos campos	Porta única	
Escola EB23 e Secundária de Anadia	Porta única	Porta única	

É impreterível o respeito pelos funcionários para que todos os procedimentos sejam realizados corretamente.

4. MATERIAL OBRIGATÓRIO PARA ATIVIDADE LETIVA (COVID- 19)

Conforme referido no capítulo anterior, os ALUNOS já se devem apresentar equipados para a atividade letiva. Assim, é obrigatório que se apresentem com saco/mochila de treino com:

- a. Máscara de proteção individual;
- b. Equipamento desportivo adequado;
- c. Garrafa de água individual.

Não serão autorizados a realizar as atividades letivas os alunos que não se apresentem com o material obrigatório

5. REGRAS GERAIS APLICÁVEIS AS ATIVIDADES LETIVAS

No decorrer da aula devem ser respeitadas as seguintes regras:

- a. Distanciamento individual (valores mínimos e em todo o momento) – os alunos devem manter uma distância entre si e os professores de 2 metros, quando em estado estacionário, e de 3 metros quando em movimento de aula;
- b. É estritamente proibida a partilha de equipamento pessoal (como toalhas, coletes, bebidas ou mochilas);
- c. É permitida a partilha de bola ou equipamento de aula, desde que respeitadas as distâncias referidas na alínea a);
- d. Salvo situações de emergência, não é permitido qualquer contato físico quer entre professores, funcionários e alunos;
- e. Apenas os professores e funcionários poderão aceder ao arrumo do material. O material utilizado na aula é apenas o que estiver previamente disponibilizado;
- f. No final da aula todo o material utilizado deve ser desinfetado e arrumado na sala de material. O professor é responsável por garantir a desinfecção do espaço e material utilizado após cada aula.
- g. Deverão ser nomeados 3 ou 4 alunos para realizar a desinfecção do material. (em sistema de rotação ao longo do ano letivo)

6. PLANO DE CONTINGÊNCIA

O professor ou Diretor das instalações deve:

- a. Colocar máscara e luvas, ANTES de se aproximar de um caso suspeito;
- b. Entregar máscara e luvas à pessoa com sinais de doença;
- c. Indicar à pessoa a sala preparada para isolamento;
- d. Acompanhar com, pelo menos, 1 metro de distância, a pessoa até à zona da sala de isolamento pelo percurso definido, evitando contacto próximo com outras pessoas;
- e. Identificação e registo dos espaços frequentados pela pessoa e dos contactos estabelecidos com a mesma nesse local.

A pessoa com sinais de doença:

- a. Segue as orientações constantes do folheto disponível na sala de isolamento profilático;
- b. Contacta a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e segue as instruções.

NOTA: O manual de procedimentos deve ser monitorizado e avaliado pelo Diretor de Instalações, como decorre das suas atribuições legais expressas no RI.

7. RECOMENDAÇÕES E DISPOSIÇÕES LEGAIS

O presente documento foi elaborado de acordo com um conjunto de recomendações e disposições legais que passamos a enunciar:

Direção Geral de Saúde – Orientação n.º 36/2020 de 25 de agosto de 2020

OMS - Matriz de Avaliação de Risco - Guia de apoio para Avaliação do Risco e identificação de Medidas de Mitigação, no contexto COVID-19

IPDJ - Guia para elaboração de um Manual de Procedimentos de Proteção de Praticantes Desportivos e Funcionários – Covid-19

Plano de Contingência – Agrupamento de Escolas de Anadia – setembro 2020

Propostas para a realização em Regime Presencial das aulas praticas de Educação física e do Desporto Escolar SEF – CNAPEFD junho 2020

Orientações Educação Física 20202021_DGE_DGS

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



DEITE O LENÇO AO LIXO e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**

ANEXO 2 – HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

NOVO CORONAVÍRUS

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

(com uma solução à base de álcool)



Duração total do procedimento: **20 segundos**

- 

01

Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies
- 

02

Esfregue as palmas das mãos, uma na outra
- 

03

Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa
- 

04

Palma com palma com os dedos entrelaçados
- 

05

Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa
- 

06

Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

Partilhe informação e boas práticas sobre o COVID-19

ANEXO 3 – UTILIZAÇÃO DA MÁSCARA

COVID-19

MÁSCARAS



COMO COLOCAR

- 1º**

LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR


- 2º**

VER A POSIÇÃO CORRETA

Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)


- 3º**

COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS


- 4º**

AJUSTAR AO ROSTO

Do nariz até abaixo do queixo


- 5º**

NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS



DURANTE O USO

- 1º**

TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA


- 2º**

NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR


- 3º**

NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA

Se o fizer, lavar as mãos de seguida



COMO REMOVER

- 1º**

LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER


- 2º**

RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS


- 3º**

DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA


- 4º**

LAVAR AS MÃOS



TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA

#ESTAMOSON

#UMCONSELHODADGS



