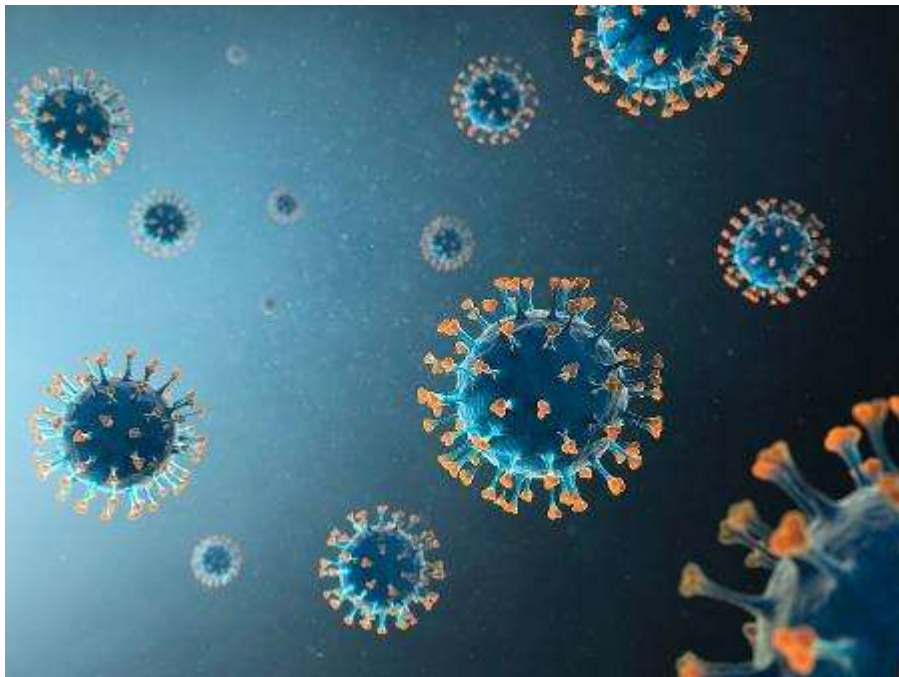


MANUAL DE PROCEDIMENTOS

INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

ZONA DESPORTIVA DE FELGUEIRAS





1. Registo de Alterações

Edição	Entrada em Vigor	Motivo
1.0	18/05/2020	Resolução do Conselho de Ministros n.º 33-A/2020
2.0	10/08/2020	Orientação n.º 30 de 20 de julho da DGS
3.0	02/11/2020	Utilização do Skate Parque Medidas Preventivas



Índice

1. Registo de Alterações	2
2. Enquadramento	4
3. Objetivos.....	5
4. Funcionamento das Instalações Desportivas	6
4.1. Pessoal autorizado a utilizar as instalações desportivas	6
4.2. Área de isolamento de caso(s) suspeito(s)	6
4.3. Deslocações, Controlo de Acessos e Interdições	6
4.4. Balneário.....	7
4.5. Instalações sanitárias	7
4.6. Equipamentos de Proteção Individual (EPI).....	7
4.7. Plano de contingência se sintomas durante a utilização	7
4.8. Utilizadores informais, praticantes desportivos, treinadores e pessoal ligado ao treino na utilização do Percurso de Manutenção	8
4.9. Pista Atletismo – Exclusiva para Praticantes desportivos, treinadores e pessoal ligado ao treino.....	9
4.10. Court de Ténis	9
4.10.1. Aluguer para utilização livre.	9
4.10.2. Escola Municipal de Ténis para utentes inscritos	10
4.11. Centro de Marcha e Corrida de Felgueiras para praticantes inscritos	11
4.12. Skate Parque	12
5. Plano de limpeza.....	12
6. Revisão	13
7. Bibliografia	13



2. Enquadramento

A 30 de janeiro de 2020 a Organização Mundial de Saúde declarou uma emergência de saúde pública face à epidemia SARS-CoV-2, tendo posteriormente, no dia 11 de março de 2020, declarado a COVID-19 como uma pandemia, e que, desde então, foram adotadas várias medidas urgentes e extraordinárias, com o objetivo de conter a propagação do vírus.

No contexto da atual situação epidemiológica provocada pelo novo coronavírus SARS-CoV-2 e pela doença COVID-19, Portugal tem vindo a adotar medidas para a prevenção, contenção e mitigação da transmissão da infeção, cujas repercussões positivas na contenção da pandemia têm sido notórias.

Não obstante a adoção daquelas medidas ter permitido resultados benéficos quanto ao controlo da pandemia e à garantia da segurança dos portugueses, continua a ser necessário encetar medidas para conter a transmissão do vírus e controlar a situação epidemiológica, razão pela qual o Governo veio declarar a situação de calamidade.

Entre as várias medidas adotadas através das várias Resoluções do conselho de ministros, o Governo veio definir medidas excecionais e específicas quanto a atividades relativas aos estabelecimentos de comércio a retalho, de prestação de serviços, estabelecimentos de restauração, bem como a outros operadores económicos de forma a assegurar o bom funcionamento das cadeias de abastecimento de bens e serviços essenciais;

No dia 26 de junho de 2020 foi decretado estado de alerta. A situação de alerta em todo o território nacional continental, com exceção da Área Metropolitana de Lisboa, possibilitando o abrandamento das medidas e restrições com base na diminuição da disseminação do SARS-CoV-2 (COVID-19).



3. Objetivos

De forma, a dar resposta à necessidade de planear uma intervenção eficaz e concertada, este documento, pretende que sejam criadas condições para assegurar que a reabertura da Zona Desportiva de Felgueiras, se realiza com segurança e no cumprimento de todas as exigências das autoridades de saúde.

5

Definiram-se os seguintes objetivos:

- Os procedimentos a adotar de forma a conter a propagação da doença.
- Garantir que sejam afixadas as regras, normas e procedimentos relativos à contenção da disseminação do contágio e transmissão do COVID-19.
- Definir as medidas a ser implementadas na preparação, organização e funcionamento da Zona Desportiva de Felgueiras;
- Minimizar a eventual propagação da COVID-19 e manter a atividade da Zona Desportiva de Felgueiras.

Este documento não prevê ações de tratamento médico. Nestas circunstâncias deverão seguir-se as orientações da Direção-Geral da Saúde (DGS). As situações não previstas no presente plano deverão ser avaliadas caso a caso.



4. Funcionamento das Instalações Desportivas

4.1. Pessoal autorizado a utilizar as instalações desportivas

Ficam autorizados a utilizar as instalações da **Zona Desportiva de Felgueiras**, os utilizadores informais, utentes, os praticantes desportivos, bem como os treinadores e pessoal diretamente ligado às equipas de treino, que não apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 (tosse, febre (>38°), dificuldade respiratória).

6

4.2. Área de isolamento de caso(s) suspeito(s)

A área de isolamento definida: - Gabinete médico

4.3. Deslocações, Controlo de Acessos e Interdições

A. Comportamento fora das instalações

O comportamento fora das instalações deve reger-se pelas mais recentes orientações da DGS, no que se refere ao recolhimento domiciliário, distanciamento social, etiqueta respiratória e demais recomendações.

B. Deslocações para e das instalações

As deslocações para e das instalações devem ser efetuadas, sempre que possível, em veículo próprio, sem contacto com terceiros, respeitando as mais recentes orientações da DGS.

Os utilizadores só devem dirigir-se às instalações se assintomáticos.

Na presença de sintomas ou de temperatura elevada, os utilizadores devem abster-se da deslocação às instalações e procurar assistência médica.

C. Circulação nas instalações e interdições

A circulação no interior das instalações deverá realizar-se exclusivamente pelos percursos devidamente sinalizados, estando proibidas socializações.

As deslocações nas instalações devem ser realizadas com a distância de, pelo menos, 2 metros de outros utilizadores e é aconselhável a utilização de máscara cirúrgica. A utilização da máscara cirúrgica é opcional no momento de utilização.

Estará interdita a utilização dos/as seguintes áreas/ equipamentos: Polidesportivo; Equipamentos de Manutenção e Cardiofitness do Parque de Fitness e Bebedouros.

D. Controlo de Acessos

Versão 3.0



O controlo de acessos será realizado pelos colaboradores das instalações, respeitando a distância de 2 metros, não sendo permitido o contacto físico nem a troca de objetos.

A identificação e contabilização dos utilizadores serão verificadas à distância.

4.4. Balneário

Os balneários encontram-se disponíveis nos termos do Plano de Contingência dos Estádios, Campos de Futebol, Pavilhões Desportivos e Polidesportivos.

4.5. Instalações sanitárias

As instalações sanitárias, encontram-se higienizadas e prontas a usar em caso de emergência e sujeitas a reforço de limpeza e desinfeção.

4.6. Equipamentos de Proteção Individual (EPI)

A. Colaboradores

Todos os colaboradores deverão seguir as normas mais recentes da Direção-Geral de Saúde relativamente à utilização de EPIs.

Quando em contacto com utilizadores, os colaboradores deverão manter a distância de segurança de 2 metros e estar munidos de máscara cirúrgica.

B. Utilizadores

Aconselhamos quando possível que os utilizadores das instalações deverão utilizar máscara cirúrgica, excepto quando ao ar livre e quando as funções não apresentem exercício físico.

4.7. Plano de contingência se sintomas durante a utilização

A. Detecção de caso suspeito

O treinador/responsável pela coletividade ou um colaborador das instalações deve:

1. Colocar máscara e luvas, ANTES de se aproximar de um caso suspeito;
2. Entregar máscara e luvas à pessoa com sinais de doença;
3. Indicar à pessoa a sala preparada para isolamento (Gabinete Médico) e 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;

Versão 3.0



4. Identificação e registo dos espaços frequentados pela pessoa e dos contactos estabelecidos com a mesma nesse local. A pessoa com sinais de doença:

a. Contacta a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e segue as instruções.

4.8. Utilizadores informais, praticantes desportivos, treinadores e pessoal ligado ao treino na utilização do Percurso de Manutenção

A. Utilização

1. A circulação no percurso de manutenção faz-se exclusivamente pelos percursos devidamente sinalizados, estando proibidas socializações dentro das instalações. A utilização da máscara cirúrgica é opcional;
2. Distanciamento individual – os utilizadores devem manter uma distância entre si de 2 metros quando em estado estacionário e de 4 metros quando em movimento;
3. É estritamente proibida a partilha de equipamento não higienizado entre utilizadores;
4. É estritamente proibida a partilha de equipamento pessoal (toalhas, bebidas);
5. É estritamente proibido o contacto físico entre utilizadores;
6. Número máximo de utilizadores por sessão: 50% da ocupação máxima da instalação;

B. Medidas de higienização antes e depois da utilização

O utilizador deve higienizar com solução alcoólica as mãos antes e após terminar a utilização;

O utilizador deve levar consigo todo o seu equipamento individual, evitando tocar em superfícies, instalações ou outros utilizadores.

Tempo para desinfeção: não se aplica.

C. Plano de circulação no Percurso de Manutenção

Entrada e saída - Acesso exclusivo pelo portão principal da Zona Desportiva de Felgueiras (Rua D. Manuel Faria e Sousa) seguindo a direção da sinalética prevista para o Percurso de Manutenção.

Rotação entre vários grupos de utilização: deverá ser realizada com distância de, pelo menos, 2 metros, sem socialização;





4.9. Pista Atletismo – Exclusiva para Praticantes desportivos, treinadores e pessoal ligado ao treino

1. Marcação prévia

As listas de utilizadores e faixa horária de utilização deve ser autorizada previamente pelos **Serviços de Desporto**, através do email desporto@cm-felgueiras.pt.

9

2. Normas de utilização

1. A circulação na pista de atletismo faz-se exclusivamente pelos percursos devidamente sinalizados, estando proibidas socializações dentro das instalações, aconselhamos quando possível a utilização de máscara cirúrgica;
2. Distanciamento individual – os atletas devem manter uma distância entre si e os treinadores de 2 metros quando em estado estacionário e de 4 metros quando em movimento de treino;
3. Obrigatório a presença de um treinador, em todos os momentos, a uma distância de no mínimo 2 metros do atleta;
4. É estritamente proibida a partilha de equipamento de treino não higienizado entre utilizadores;
5. É estritamente proibida a partilha de equipamento pessoal (toalhas, bebidas);
6. É estritamente proibido o contacto físico entre utilizadores;
7. Rotação entre vários grupos de treino: a rotação entre os vários grupos de treino deve ser realizada com distância de, pelo menos, 2 metros sem socialização.

3. Medidas de Higienização antes e depois do treino

1. O utilizador deve higienizar com solução alcoólica as mãos antes e após terminar o treino;
2. O utilizador deve levar consigo todo o seu equipamento individual, evitando que este toque em superfícies, instalações ou outros utilizadores;
3. Entre os períodos de treino, todo o setor deve ser higienizado, com especial atenção no colchão, devendo ser lavado e higienizado com solução alcoólica e ser mantido 15 minutos sem utilização após desinfeção.

4.10. Court de Ténis

4.10.1. Aluguer para utilização livre.

A. Marcação prévia e pagamento

O/s interessado/s deve telefonar para 255 318 150 (Piscinas Municipais de Felgueiras) ou remeter email para piscina@cm-felgueiras.pt para efetuar a reserva antecipada.

Pagamentos antecipados devem ser efetuados nas Piscinas Municipais de Felgueiras.

Versão 3.0



Os utilizadores devem guardar o comprovativo de pagamento e apresentar ao colaborador em serviço junto ao court de ténis, para que este verifique o mesmo e proceda à respetiva autorização para utilização do espaço.

Quando os utilizadores forem menores, será obrigatório a presença de pelo menos um elemento maior de idade.

B. Acesso

O acesso ao court de ténis Entrada/Saída será realizado exclusivamente pelo portão de acesso principal da Zona Desportiva de Felgueiras (Rua D. Manuel de Faria e Sousa).

C. Normas de Utilização

1. Durante o período de permanência nas instalações, os utilizadores não se devem fazer acompanhar por familiares ou outros, salvo no caso de menores de idade e pessoas com necessidades especiais;
2. Todos os utilizadores de alugueres devem chegar e sair o mais perto possível da hora de início e fim;
3. O máximo de atletas por campo de acordo com as orientações das entidades competentes, procurando sempre manter uma distância de segurança de pelo menos 2 metros;
4. Não é permitido qualquer outro elemento no campo durante o período de utilização (ex. familiar, amigo);
5. Manter o distanciamento social em todos os momentos, incluindo nos tempos de descanso;
6. É recomendável que as sessões sejam efetuadas com bolas novas;
7. O manuseamento das bolas é recomendável ser efetuado por uma só pessoa durante toda a sessão. Para o serviço os jogadores devem ter as suas próprias bolas e serem as únicas pessoas a manusear essas bolas em todos os momentos (recomendável uso de bolas diferentes para cada servidor);
8. As raquetes não devem ser partilhadas em nenhum momento. Recomenda-se a desinfeção do corpo e punho da raquete e a colocação de um "overgrip" novo sempre que a raquete foi encordoada por outra pessoa;
9. Lavar ou desinfetar as mãos antes e depois da utilização e evitar o contacto com o rosto;
10. Não partilhar as garrafas de água e levar a sua própria garrafa;
11. Evitar contactos desnecessários em qualquer superfície ou objeto permanente do campo;
12. Não é permitido em nenhuma situação efetuar a manutenção dos campos de terra batida por nenhum jogador ou treinador. A manutenção é feita exclusivamente pelo funcionário.

4.10.2. Escola Municipal de Ténis para utentes inscritos

A. Autorização

Apenas podem participar nas aulas utentes com situação devidamente regularizada junto dos Serviços Administrativos, situados nas Piscinas Municipais de Felgueiras.

C. Acesso



O acesso ao court de ténis Entrada/Saída será realizado exclusivamente pelo portão de acesso principal da Zona Desportiva de Felgueiras (Rua D. Manuel de Faria e Sousa).

D. Normas de Utilização

1. Durante o período de permanência nas instalações, os utentes não se devem fazer acompanhar por familiares ou outros, salvo no caso de menores de idade e pessoas com necessidades especiais;
2. Todos os utentes devem chegar e sair o mais perto possível da hora de início da aula;
3. O máximo de atletas por campo de acordo com as orientações das entidades competentes, procurando sempre manter uma distância de segurança de pelo menos 2 metros;
4. Não é permitido qualquer outro elemento no campo durante o período de utilização (ex. familiar, amigo);
5. Manter o distanciamento social em todos os momentos, incluindo nos tempos de descanso;
6. É recomendável que as sessões sejam efetuadas com bolas novas;
7. O manuseamento das bolas é recomendável ser efetuado por uma só pessoa durante toda a sessão. Para o serviço os jogadores devem ter as suas próprias bolas e serem as únicas pessoas a manusear essas bolas em todos os momentos (recomendável uso de bolas diferentes para cada servidor);
8. As raquetes não devem ser partilhadas em nenhum momento. Recomenda-se a desinfecção do corpo e punho da raquete e a colocação de um "overgrip" novo sempre que a raquete foi encordoada por outra pessoa;
9. Lavar ou desinfetar as mãos antes e depois da utilização e evitar o contacto com o rosto;
10. Não partilhar as garrafas de água e levar a sua própria garrafa;
11. Evitar contactos desnecessários em qualquer superfície ou objeto permanente do campo;
12. A manutenção é feita exclusivamente pelo funcionário.

4.11. Centro de Marcha e Corrida de Felgueiras para praticantes inscritos

A. Marcação prévia e inscrição

O/s interessado/s deve telefonar para 255 318 150 (Piscinas Municipais de Felgueiras) ou remeter email para cmmcf@cm-felgueiras.pt para efetuar a marcação/inscrição antecipada.

B. Autorização

Apenas podem participar nas sessões participantes inscritos no Programa Nacional de Marcha e Corrida.

C. Acesso

O acesso ao centro Entrada/Saída será realizado exclusivamente pelo portão de acesso principal da Zona Desportiva de Felgueiras (Rua D. Manuel de Faria e Sousa).



D. Normas de Utilização

1. A circulação na pista de atletismo e no percurso de manutenção faz-se exclusivamente pelos percursos devidamente sinalizados, estando proibidas socializações dentro das instalações;
2. Distanciamento individual – os participantes devem manter uma distância entre si e os treinadores de 2 metros quando em estado estacionário e de 4 metros quando em movimento de treino;
3. Obrigatório a presença do técnico municipal, em todos os momentos, a uma distância de mínimo 2 metros do participante;
4. É estritamente proibida a partilha de equipamento de treino não higienizado entre utilizadores;
5. É estritamente proibida a partilha de equipamento pessoal (toalhas, bebidas);
6. É estritamente proibido o contacto físico entre participantes;
7. Rotação entre vários grupos de treino: a rotação entre os vários grupos de treino deve ser realizada com distância de, pelo menos, 2 metros sem socialização;
8. Tempo para desinfeção equipamento: entre turnos de treino.

4.12. Skate Parque

De acordo com a Avaliação do Risco e identificação de Medidas de Mitigação, no contexto COVID-19 elaborado pelo IPDJ, foi efetuada a respetiva avaliação tendo sido considerado que o Skate Parque apresenta um risco moderado de propagação do COVID 19.

Assim e de modo a mitigar a possibilidade de contágio, é permitida a prática desportiva ao ar livre, em contexto não competitivo, desde que se assegurem as seguintes condições:

1. A lotação máxima instantânea é reduzida a 10 praticantes, sendo que apenas 5 poderão estar a efetuar manobras em simultâneo;
2. Respeito de distanciamento mínimo de três metros entre praticantes;
3. Está impedida a partilha de materiais e equipamentos;
4. O período de frequência está limitado a 60 minutos por utilizador e por período (período da manhã e da tarde);
5. Mantêm-se em vigor e devem ser respeitadas todas as demais normas deste Manual de Procedimentos e Regras de utilização do Skate Parque.

5. Plano de limpeza



A. As instalações possuem um plano de limpeza que garante a higienização das superfícies mais utilizadas com a regularidade adequada ao fluxo de utilizadores, como por exemplo, a limpeza de pontos de contacto dos puxadores das portas de acesso a cada instalação.

B. Higienização das entradas - Limpeza das entradas e possíveis pontos de contactos com água e lixívia com hipoclorito de sódio 1:10 e/ou antibacteriano próprio para superfícies, duas vezes por dia, antes da abertura do período da manhã e antes da abertura do período da tarde.

C. Caixotes do lixo sempre abertos.

6. Revisão

Ao Município é-lhe reservado o direito, com base na evolução da situação epidemiológica e de situações não previstas, alterar as normas deste manual de procedimentos.

7. Bibliografia

- <https://www.dgs.pt/directrizes-da-dgs/orientacoes-e-circulares-informativas/orientacao-n-0302020-de-29052020-pdf.aspx>
- <https://covid19.min-saude.pt/>
- Orientação n.º 014/2020 da DGS de 21 de março
- Orientação n.º 30/2020 da DGS de 20 de julho