

**Plano de Levantamento Progressivo das Medidas de Contenção
na Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM)
motivadas pela pandemia da doença COVID-19**

ATUALIZAÇÃO

1. Funcionamento das Instalações

A partir do dia 6 de outubro, as instalações da ESDRM passarão a abrir às 8h00 e a encerrar às 21h00, de 2ª a 6ª feira. Aos sábados, domingos e feriados estarão encerradas, salvo situações previamente autorizadas.

2. Atividades Académicas Presenciais

O Despacho 16/2020, de 3 de outubro, define o funcionamento das atividades letivas para o ano 2020/2021.

3. Horário de Funcionamento e de Atendimento ao Público

Os Serviços Administrativos e Gabinetes Funcionais passarão a funcionar num horário de atendimento será transversal a todos, das 9h30 às 13h00, de 2ª a 6ª feira, não presencial (email e/ou telefone), podendo em situações excecionais ocorrer presencialmente por marcação prévia. Em casos excecionais, face às especificidades, bem como, às necessidades e conveniências de serviço, poderá ser aplicado um regime diferenciado.

4. Acesso à ESDRM

O acesso à ESDRM deve ser feito cumprindo todas as regras de segurança, higienização, proteção individual e distanciamento social, indicadas pela Direção Geral de Saúde, na Informação 09/2020.

Assim:

- a) **De acordo com a Orientação 19/2020 da DGS, é obrigatório:**
 - i) **O uso de máscara por todos os que permanecem na ESDRM¹;**
 - ii) **Passar pelo tapete desinfetante à entrada na Escola;**
 - iii) **Proceder à desinfeção das mãos à entrada na Escola;**
 - iv) **Cumprir as regras de circulação, quer no acesso ao edifício, quer na circulação nos espaços interiores;**
 - v) **Proceder à desinfeção das mãos à entrada nas salas de aulas, espaços desportivos e biblioteca;**
- b) Serão disponibilizadas máscaras reutilizáveis a todos os trabalhadores não docentes, bem como, material de desinfeção/higienização. Também serão disponibilizados equipamentos de proteção individual, que deverão ser utilizados, caso venha a ser necessário o atendimento presencial;
- c) Em caso de necessidade serão disponibilizadas máscaras descartáveis aos docentes e aos estudantes da ESDRM. As mesmas deverão ser utilizadas de acordo com as regras de higienização e desinfeção estabelecidas.

5. Circulação no Edifício da ESDRM

A circulação nos espaços da Escola, na entrada e saída do edifício, e no acesso às salas, gabinetes e serviços, deve seguir um conjunto de regras que diminuam o cruzamento ou aglomeração de pessoas. Logo, deve cumprir:

¹ O uso da máscara durante o exercício físico não é obrigatório.

5.1. Distanciamento social

- a) Evitar os agrupamentos (não são permitidos grupos de mais de 5 pessoas nos espaços exteriores), devendo ser mantida uma distância mínima de 2 m entre pessoas;
- b) Não é permitida a permanência de estudantes, docentes ou não docentes nos corredores da escola, ou em qualquer outro espaço interior de circulação/passagem de pessoas;
- c) Nos serviços e gabinetes (quando for necessário atendimento físico), deve ser assegurada a distância física, com marcação de zona (fita autocolante) no pavimento, e utilização obrigatória de equipamento de proteção pelo funcionário (viseira);

5.2. Acesso às instalações por pessoas com mais de 65 anos e grupos de risco

- a) Os docentes, não docentes e estudantes que se integrem em grupos de risco, deverão identificar essa condição. De acordo com as recomendações definidas na Informação nº 9/2020 e a Orientação 19/2020 da DGS, será adotada uma política de segurança para grupos de risco, sempre que seja possível.

5.3. Acesso e permanência nos espaços

- a) A entrada e a saída do edifício da Escola, serão devidamente sinalizadas, num único sentido, evitando o cruzamento de pessoas;
- b) A circulação nos pisos, e entre pisos, deve ser, obrigatoriamente, feita pelo lado direito;
- c) Não é permitido a utilização dos espaços que estão vedados ou existe proibição de utilização;
- d) Devem seguir-se as setas referenciadoras do sentido de entrada e saída do edifício, de circulação entre os pisos e nos corredores de acesso às salas, gabinetes e serviços;

- e) Devem ser cumpridas todas as regras de higienização na entrada e saída dos diferentes espaços;
- f) Em caso de ser necessário a utilização de sala de aula, a permanência das pessoas deve ter em conta a necessidade de se ocupar uma mesa e/ou cadeira, com distanciamento em relação a outrem de 1 metro em todas as direcções, sem por em causa o funcionamento das aulas;
- g) Em locais estratégicos da escola encontram-se colocados dispensadores de desinfetante (álcool gel), para serem utilizados por todos.
- h) A utilização dos espaços desportivos da ESDRM, sem por em causa o funcionamento das aulas, deverão cumprir as normas da DGS (orientação 30/2020)

5.4. Bar e Refeitório

O bar e o refeitório da ESDRM, são da responsabilidade dos Serviços de Ação Social, pelo que tem normas e regras próprias de funcionamento, que devem ser respeitadas. No entanto, a sala da AE ESDRM, será disponibilizada para os alunos possam utilizar aplicando-se as regras de distanciamento social (2 pessoa por mesa) e de ocupação de espaços conforme área da sala.

6. Limpeza e desinfeção

A limpeza e desinfeção do edifício obedecerá as seguintes regras:

- a) Estão instalados em locais estratégicos (*halls*, corredores, salas de aula, espaços desportivos, salas de reuniões) doseadores de gel desinfetante;
- b) Todos os espaços de trabalho (serviços e gabinetes) têm disponível gel desinfetante e outros equipamentos de proteção individual;
- c) Será garantida a desinfeção nos termos e com a periodicidade assinalada no quadro seguinte:

LOCAL	SUPERFÍCIES A TRATAR	PERIODICIDADE	A CARGO DE
Instalações Sanitárias	Maçanetas interiores e exteriores das portas das Instalações Sanitárias, torneiras de lavatórios, manípulos de autoclismos e interruptores	Três vezes por dia (meio da manhã, a seguir ao almoço, após encerramento)	Serviço de limpeza
Salas	Maçanetas interiores e exteriores das portas, interruptores de iluminação, comandos dos projetores, teclados e ar-condicionado, tampos de mesas, cadeiras, puxadores dos armários e interruptores	Três vezes por dia (meio da manhã, a seguir ao almoço, após encerramento)	Serviço de limpeza
Espaços Desportivos	Maçanetas interiores e exteriores das portas, interruptores de iluminação, chão, equipamentos.	Três vezes por dia (meio da manhã, a seguir ao almoço, após encerramento)	Serviço de limpeza
Gabinetes Docentes	Maçanetas interiores e exteriores das portas, telefone, mesas e cadeiras e Interruptores das luzes, botão do ar condicionado	Duas vezes por dia (à hora de almoço e após o encerramento) Zonas de atendimento – após cada atendimento	Serviço de limpeza
Áreas de estudo (biblioteca)	Desinfeção das mesas e cadeiras	Três vezes por dia (meio da manhã, a seguir ao almoço, após encerramento)	Serviço de limpeza
Serviços e Gabinetes Funcionais	Maçanetas interiores e exteriores das portas, interruptores de iluminação, rato, teclados e computador, ar condicionado, tampos de mesas, cadeiras, puxadores dos armários e painéis em acrílico	Duas vezes por dia (à hora de almoço e após o encerramento) Zonas de atendimento – após cada atendimento	Serviço de limpeza / assistentes operacionais/ outros trabalhadores
Elevadores	Botões dos elevadores (dentro e fora)	Várias vezes por dia	Serviço de limpeza
Escadas	Corrimãos	Várias vezes por dia	Serviço de limpeza
Receção	Balcão, secretária, cadeira, telefone, computador, chaveiro, armários	Três vezes por dia (meio da manhã, a seguir ao almoço, após encerramento)	Serviço de limpeza/ assistentes operacionais
Área de isolamento (antigo GPES)	Todas as superfícies	Sempre que tenha sido identificado um Caso Suspeito	Serviço de limpeza/ assistentes operacionais
Áreas, materiais e equipamentos contactados por Caso Confirmado	Todos	Sempre que seja identificado um Caso Confirmado	Equipa de limpeza/ assistentes operacionais

Rio Maior, 2 de outubro de 2020