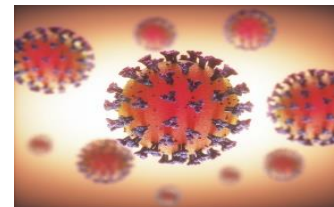


PLANO DE CONTINGÊNCIA | COVID-19
ESCOLA BÁSICA DA QUINTA DO CONVENTINHO
ATIVIDADES PRESENCIAIS

Ano Letivo 2020/2021

01 | INTRODUÇÃO



1.1. O QUE É A COVID-19?

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV2). A doença **manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente, febre, tosse e dificuldade respiratória**, podendo também existir outros sintomas, entre os quais, odinofagia (dor de garganta), dores musculares generalizadas, perda transitória do paladar ou do olfato, diarreia, dor no peito e dor de cabeça, entre outros. A pessoa infetada pode não apresentar sinais ou sintomas (assintomática).

As crianças e jovens diagnosticados com COVID-19 têm habitualmente uma manifestação ligeira da doença, com menor risco de complicações e hospitalização.

Com base na evidência científica atual, este **vírus transmite-se principalmente através de:**

- **Contacto direto:** disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas.
- **Contacto indireto:** contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos. Existem ainda estudos que sugerem a acumulação de aerossóis potencialmente infetados em espaços fechados.

Atualmente, estima-se que o período de incubação da doença (tempo decorrido desde a exposição ao vírus até ao aparecimento de sintomas) seja entre 1 e 14 dias. A transmissão de SARS-CoV-2 pode ocorrer cerca de dois dias antes da manifestação de sintomas.

1.2. QUAIS AS MEDIDAS DE PREVENÇÃO?

Para minimizar o risco de infeção por SARS-CoV-2, é fundamental adotar medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19.

A definição destas medidas, deve considerar que o vírus se transmite de pessoa para pessoa, essencialmente através de gotículas que podem ser inaladas ou depositar-se em superfícies ou objetos em que tocamos, e, eventualmente, através de aerossóis potencialmente infetados em espaços fechados.

Neste sentido, destacam-se as seguintes **medidas**:

- **Distanciamento físico entre pessoas;**
- **Higiene pessoal**, nomeadamente a lavagem das mãos e etiqueta respiratória;
- **Utilização de equipamentos de proteção individual** (máscaras - de uso obrigatório, viseiras, batas, sapatos);
- **Higiene ambiental**, como a limpeza, desinfeção e ventilação adequada dos espaços;
- **Automonitorização** de sintomas, não se deslocando para a escola pessoas com sintomas sugestivos de COVID-19.

Não havendo ainda uma vacina ou tratamento específico para esta doença, as medidas preventivas assumem um papel crucial no combate à COVID-19.

In, [Referencial para as escolas | 2020](#)

02 | PONTO PRÉVIO

Como ficou referido na introdução, devido às exigências sanitárias causadas pelo SARS-CoV2 (COVID-19) são necessárias grandes alterações na organização e funcionamento do ano letivo 2020/2021, de forma a minimizar o risco de contágio, permitindo assim, o bom funcionamento das atividades letivas e não letivas presenciais.

Neste plano, são definidas um conjunto de orientações que, indo de encontro às recomendações emanadas da DGS e da DGEstE, permitem a adequação da resposta da EBQC, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde dos alunos, docentes, assistentes operacionais, técnicos e visitantes.

O ano letivo terá início, em regime presencial, no dia 18 de setembro para o ensino pré-escolar e 1º ciclo com atividades de receção apenas no período da manhã (das 9:00 às 12:00). O cumprimento do horário semanal, na íntegra, será a partir do dia 21 de setembro.

03 | HORÁRIOS

Pré-escolar - das 9:00 às 15:30:

- ✓ Intervalo da manhã das 10:50 às 11:20;
- ✓ Almoço das 11:30 às 13:30.

Prolongamento de Horário (PH):

- ✓ PH Extra: 7:00 às 8:30 e das 18:30 às 19:30;
- ✓ PH: 8:30 às 9:00 e das 15:30 às 18:30.

1.º ciclo - das 9:00 às 15:30 (para os alunos que não frequentam as AEC) ou das 9:00 às 17:30 (para os alunos que frequentam as AEC):

- ✓ Intervalo da manhã das 11:00 às 11:30;
- ✓ intervalo da tarde das 15:30 às 16:00;
- ✓ Almoço das 12:30 às 14:00 (1º e 2º Anos);
- ✓ Almoço das 13:00 às 14:30 (3º e 4º Anos);
- ✓ AEC das 16:00 às 17:00;
- ✓ a saída será entre as 17h e as 17h 30min.

04 | ENTRADA NO RECINTO ESCOLAR

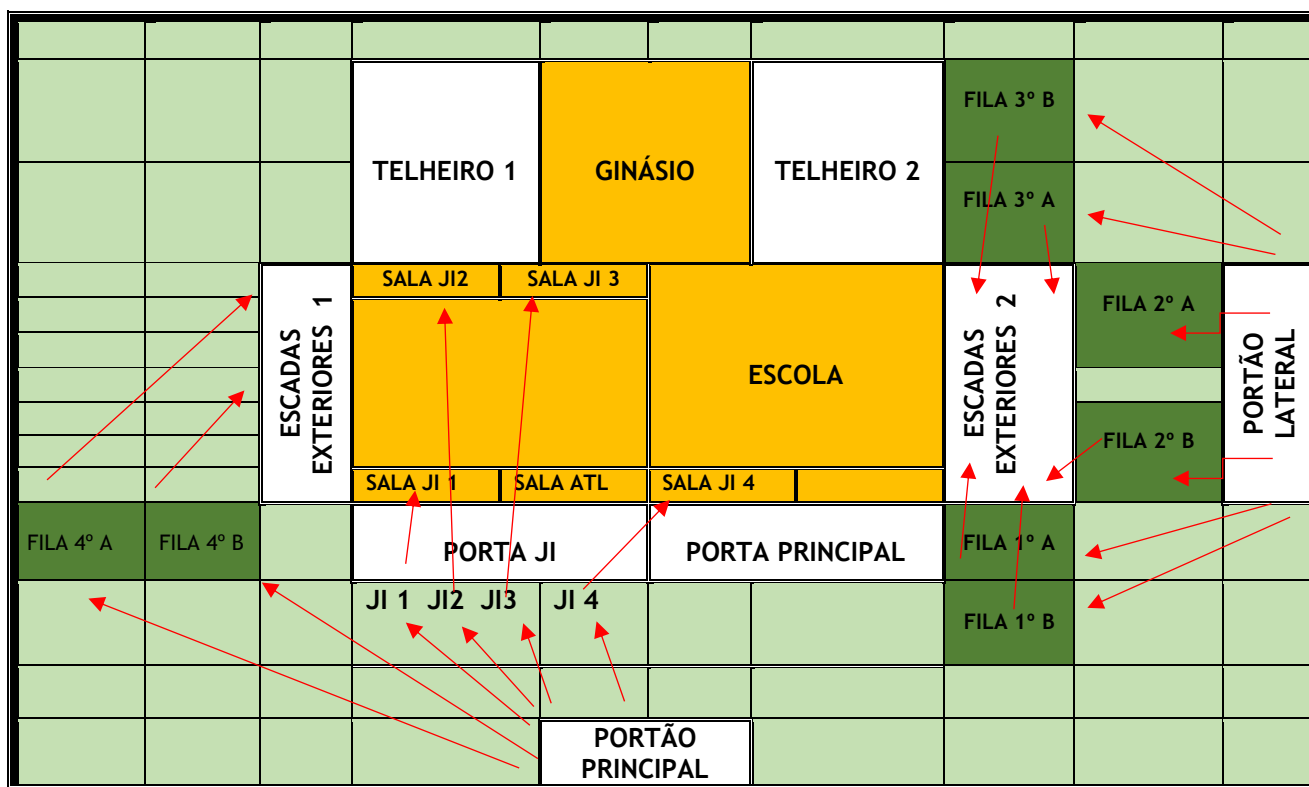
À entrada do recinto escolar uma Assistente Operacional mede a temperatura aos alunos e verifica se todos os alunos efetuam a desinfeção das mãos num dispensador com pedal colocado na entrada para o efeito. Todos os alunos desinfetam os pés, no tapete próprio para desinfeção que se encontra em cada uma das entradas do edifício escolar.

A entrada na EBQC será efetuada por dois locais distintos. Os alunos do pré-escolar e do 4º ano entram pelo portão principal, os alunos do 1º, 2º e 3º anos entram pelo portão lateral conforme consta da planta 1.

No portão principal, os alunos do pré-escolar são conduzidos para a respetiva sala por uma assistente operacional. Os alunos de 4º ano fazem fila junto às escadas exteriores 1, do lado esquerdo do edifício, mantendo sempre as devidas distâncias de segurança e seguindo a sinalética e o percurso destinado às respetivas turmas (cf. Planta 1).

No Portão lateral, os alunos do 1º ano fazem fila junto às escadas exteriores 2, do lado direito do edifício, os alunos do 2º ano fazem fila à frente da cozinha e os alunos do 3º ano fazem fila junto ao telheiro 2, mantendo sempre as distâncias de segurança e seguindo a sinalética e o percurso destinado às respetivas turmas (cf. Planta 1).

Planta 1 - ENTRADAS E SAÍDAS NO RECINTO ESCOLAR (FILAS EXTERIORES)



Nos dias de chuva, os alunos do pré-escolar entram pelo portão principal e são conduzidos à respetiva sala por uma assistente operacional. Os alunos do 4º A, entram pelo portão e porta principal e são conduzidos ao telheiro 1, por uma assistente operacional, onde fazem fila. Os alunos do 4º B, entram pelo portão e porta principal e são conduzidos ao telheiro 2, por uma assistente operacional, onde fazem fila, mantendo sempre as devidas distâncias de segurança e seguindo a sinalética e o percurso destinado às respetivas turmas (cf. Planta 2).

Os alunos do 1º ano, entram pelo portão lateral e são conduzidos, por uma assistente operacional, ao átrio 1, pela porta do refeitório, onde fazem fila (os alunos do 1º A fazem fila do lado esquerdo, junto ao elevador, e os alunos do 1º B fazem fila do lado direito, junto ao gabinete médico). Os alunos do 2º A, entram pelo portão lateral e são conduzidos, por uma assistente operacional, ao átrio 2, pela porta lateral do lado direito. Os alunos do 2º B e do 3º ano, entram pelo portão lateral e são conduzidos, por uma assistente operacional, ao ginásio onde fazem fila. Os alunos do 2º B entram pela porta lateral esquerda do ginásio e os alunos do 3º A e B entram pela porta lateral direita do ginásio, onde fazem fila, mantendo sempre as distâncias de segurança e seguindo a sinalética e o percurso destinado às respetivas turmas (cf. Planta 2).

Os alunos do 1º ciclo deslocam-se para as salas de aula, quando toca para a entrada, acompanhados pela respetiva professora. Cada professora vai buscar a sua turma às filas onde os alunos se encontram quando entram no recinto escolar. A subida para as salas de aula faz-se pelas escadas interiores, quando chove, e pelas escadas exteriores quando está bom tempo.

Em dias de chuva, a subida pelas escadas interiores faz-se pelo lado direito de acordo com a seguinte ordem:

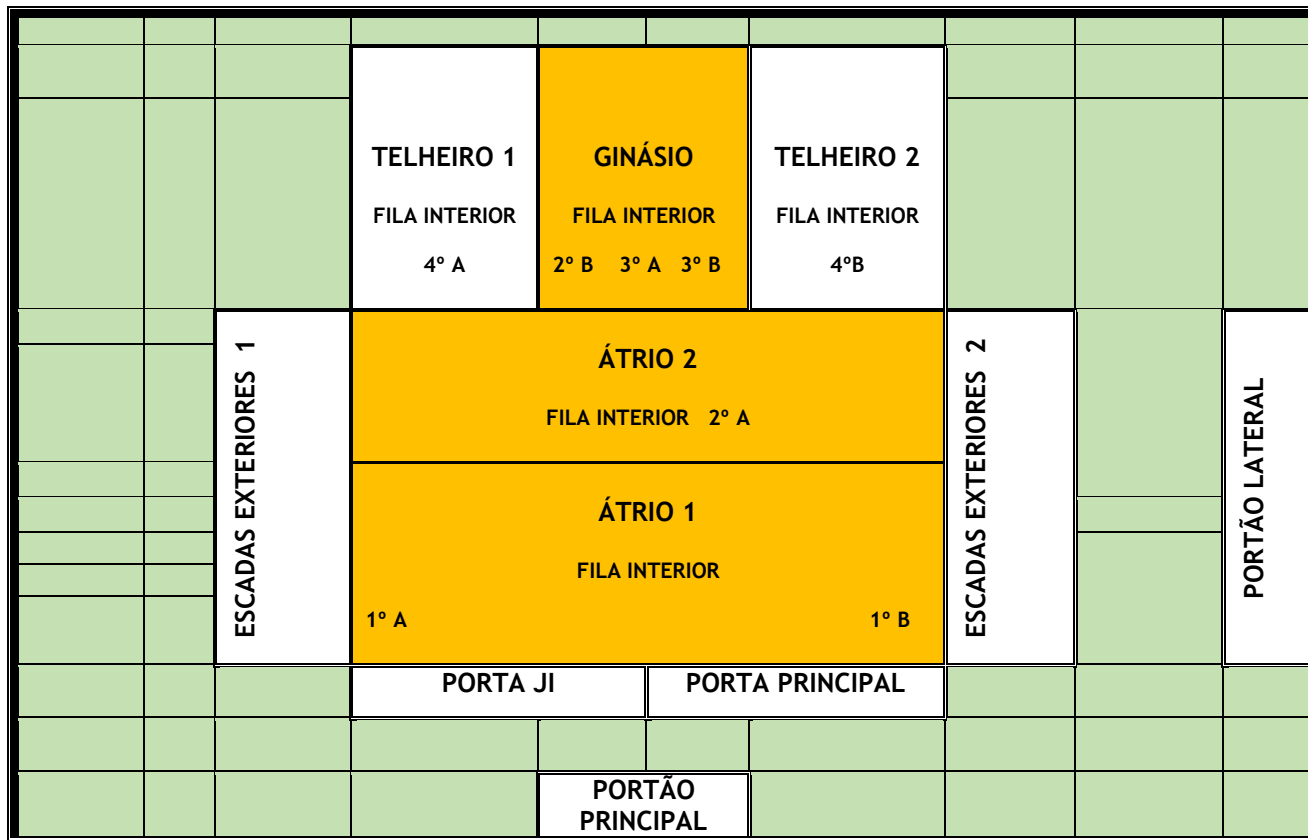
- 1º A - 1º B - 2º A - 2º B - 3º A - 3º B - 4º A - 4º B.

Quando estiver bom tempo, o acesso às salas de aula é feito pelas escadas exteriores de acordo com a seguinte ordem:

- 3º A - 3º B - 4º A - 4º B - sobem pela escada exterior 1;
- 1º A - 1º B - 2º A - 2º B - sobem pela escada exterior 2.

A circulação nas escadas faz-se sempre pelo lado direito.

Planta 2 - ENTRADAS NO RECINTO ESCOLAR EM DIAS DE CHUVA (FILAS INTERIORES)



05 | RECREIOS

Tendo em consideração as regras de distanciamento social, de higienização e de etiqueta respiratória, as professoras devem ter a preocupação de, antes de cada saída para o recreio, alertar os alunos para o cumprimento dessas mesmas regras.

Todos os alunos têm que ir à casa de banho antes e após o recreio para lavar as mãos sob orientação da respetiva professora/educadora e assistente operacional.

Durante o recreio, os alunos do Jardim de Infância vão, sempre que seja necessário, à casa de banho da respetiva sala e os alunos do 1º ciclo vão às casas de banho que se encontram junto ao refeitório. Apenas pode ir à casa de banho um aluno de cada vez e sempre acompanhado pela assistente operacional de sala, no caso do Jardim de Infância, e de uma assistente operacional no caso dos alunos do 1º ciclo.

No recreio, cada turma do 1º ciclo ocupará uma zona permanente pré-definida e delimitada. Os alunos de 1º e 2º anos fazem o recreio no logradouro à frente da escola. O 1º A faz recreio junto ao toldo, o 1º B junto ao portão principal, do lado esquerdo, o 2º A junto ao portão principal, do lado direito, e o 2º B junto às janelas do refeitório (cf. Planta 3). Os alunos do 3º A fazem recreio no logradouro junto ao telheiro 2 e os alunos do 3º B junto à cozinha e ao portão lateral (cf. Planta 3). Os alunos de 4º ano fazem recreio no campo de futebol. Os alunos do 4º A ocupam o lado esquerdo do campo de futebol e os alunos do 4º B ocupam o lado direito do campo que se encontra dividido ao meio cf. Planta 3).

Os alunos da educação pré-escolar fazem o recreio em sistema de rotatividade, em espaços pré-definidos (junto às escadas laterais exteriores 1, no parque infantil, junto ao telheiro 1 e junto ao ginásio) de forma a que todas as turmas possam usufruir dos diferentes espaços e equipamentos (cf. Planta 3).

Os recreios da manhã, da hora do almoço e da tarde, dos alunos do 1º Ciclo, são feitos sempre nos mesmo espaços exteriores. Os recreios da manhã e da hora de almoço, dos alunos do Jardim de Infância, são feitos nos mesmos espaços exteriores conforme constam da planta 3. O recreio da tarde, dos alunos que frequentam o prolongamento de horário são feitos no logradouro à frente da escola, em espaços pré-definidos e delimitados conforme consta do plano de contingência do prolongamento de horário.

Planta 3 - RECREIOS (MANHÃ/ALMOÇO/TARDE)

			CAMPO DE FUTEBOL						
			RECREIO 4º A	RECREIO 4º B					
			RECREIO 3º A						
RECREIO JI 3 (ROTATIVIDADE SEMANAL)		RECREIO JI 4 (ROTATIVIDADE SEMANAL)	TELHEIRO 1	GINÁSIO	TELHEIRO 2		RECREIO 3º B		
RECREIO JI 2 (ROTATIVIDADE SEMANAL)		ESCADAS EXTERIORES 1	ÁTRIO 2			ESCADAS EXTERIORES 2		PORTÃO LATERAL	
RECREIO JI 1 (ROTATIVIDADE SEMANAL)			ÁTRIO 1						
			PORTA JI	PORTA PRINCIPAL					
RECREIO 1º A			RECREIO 1º B		RECREIO 2º A		RECREIO 2º B		
				PORTÃO PRINCIPAL					

Os alunos devem sair da sala em fila, acompanhados pela respetiva professora titular de turma/educadora, respeitando os circuitos definidos e as instruções das professoras, educadoras e assistentes operacionais. Os alunos de 1º e 2º anos saem pelas escadas exteriores 2 e os alunos do 3º e 4º anos saem pelas escadas exteriores 1. A saída das salas dos alunos de 1º ciclo far-se-á com o intervalo de três minutos entre cada turma. Os alunos das salas 1, 2 e 3 do Jardim de Infância saem para o recreio pela porta exterior da própria sala. Os alunos da sala 4 do Jardim de Infância saem para o recreio pela porta do átrio 2.

O recreio da manhã dos alunos do 1º Ciclo é assegurado única e exclusivamente pela respetiva professora titular de cada turma.

O recreio do almoço dos alunos do 1º Ciclo é assegurado única e exclusivamente pela assistente operacional que lhes foi atribuída. Os alunos são acompanhados pela assistente

operacional desde o refeitório até à zona do recreio que lhes foi atribuída, em fila, onde permanecem até à entrada na sala de aula. Às 14:00, os alunos de 1º e 2º anos, e às 14:30, os alunos de 3º e 4º anos, vão para a respetiva sala de aula acompanhados pelo professor titular de turma que os vai buscar ao recreio.

No recreio do almoço e da tarde, os alunos do Jardim de Infância saem do refeitório em fila e por sala, acompanhados pela monitora que lhes foi atribuída, e vão para o espaço exterior do recreio destinado a cada sala.

No recreio da tarde os alunos do 1º ciclo saem em fila da sala, acompanhados pela respetiva professora, e são conduzidos por esta até à zona que lhes está destinada no recreio onde são entregues à assistente operacional que lhes foi atribuída. O recreio da tarde é assegurado única e exclusivamente pelas assistentes operacionais.

Às 16:00, cada turma do 1º ciclo é conduzida do recreio até à sala onde decorre a atividade de enriquecimento curricular pelo professor responsável por essa atividade. Após a aula o mesmo professor leva os alunos em fila até junto do portão destinado à saída da respetiva turma (cf. Planta 1 e plano de contingência das AEC em anexo).

Em dias de chuva, os recreios são feitos nas salas de aula do Jardim de Infância e do 1º ciclo. Cada turma fica na sua sala acompanhado pela respetiva educadora/assistente operacional de sala e professora (no recreio da manhã)/assistente operacional (recreio do almoço ou da tarde), no caso dos alunos do 1º ciclo.

A deslocação de e para o recreio é sempre feita em fila, por sala, em horário previamente definido e desfasado e acompanhada pela professora/educadora/professor das AEC ou monitora de cada sala.

Sempre que for utilizado material manipulável ou equipamentos será feita a higienização após a sua utilização pela respetiva assistente operacional.

06 | REFEIÇÕES

O pequeno almoço dos alunos do Jardim de Infância é servido entre as 9:00 e as 9:30 na sala de aula. O almoço é servido no refeitório entre as 11:30 e as 12:15. O lanche da manhã dos alunos do Jardim de Infância é servido nas salas a partir das 10:50 e o lanche da tarde é servido no refeitório entre as 15:30 e as 16:30.

O pequeno almoço e o almoço dos alunos do 1º ciclo são servidos no refeitório. O pequeno almoço é servido entre as 8:45 e as 9:00, e o almoço entre as 12:30 e as 13:30, de acordo com a seguinte distribuição:

Horário de almoço no refeitório de cada turma:

11:30 às 12:15 - JI1, JI2, JI3 e JI4;

12:30 às 13:00 - 1ºA, 1ºB, 2º A e 2º B;

13:00 às 13:30 - 3ºA, 3ºB, 4º A e 4º B.

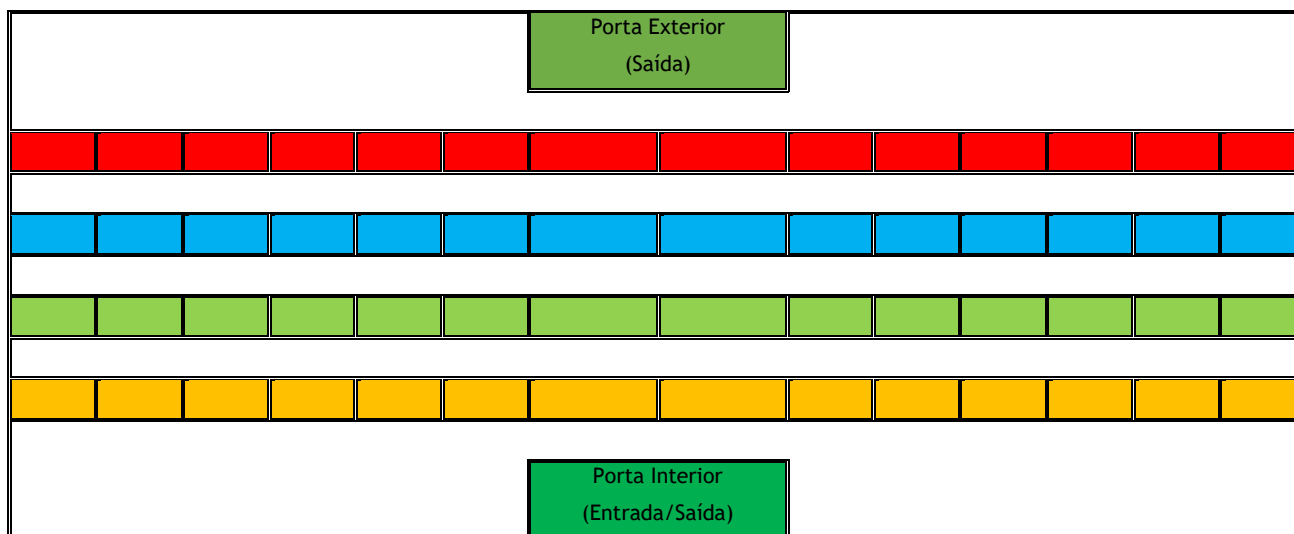
Os alunos do 1º ciclo que tomam o pequeno almoço na escola são conduzidos pela respetiva assistente operacional até ao refeitório onde ocupam a mesa que lhes está atribuída. O pequeno almoço é servido pelas funcionárias da Uniself. Quando acabam a refeição, os alunos deslocam-se para a sala de aula acompanhados pela respetiva assistente operacional, mantendo sempre as distâncias de segurança e seguindo a sinalética e o percurso destinado à respetiva turma.

O lanche da manhã e da tarde dos alunos do 1º ciclo são servidos na sala de aula a partir das 11:00 e das 15:20 respetivamente.

07 | REFEITÓRIO

Devido ao distanciamento que deve ser mantido, os alunos são sentados dois a dois em filas, de costas para a porta interior e de frente para a porta exterior, com intervalo de um metro de distância. Cada turma/sala ocupa uma fila e cada aluno ocupa sempre o mesmo lugar. Apenas permanecem no refeitório quatro turmas de cada vez.

Planta 4 - REFEITÓRIO



Legenda:

Fila laranja:	11:30/12:15 - JI 1	/ 12:30/13:00 - 1º A	/ 13:00/13:30 - 3º A
Fila verde:	11:30/12:15 - JI 2	/ 12:30/13:00 - 1º B	/ 13:00/13:30 - 3º B
Fila azul:	11:30/12:15 - JI 3	/ 12:30/13:00 - 2º A	/ 13:00/13:30 - 4º A
Fila vermelha:	11:30/12:15 - JI 4	/ 12:30/13:00 - 2º B	/ 13:00/13:30 - 4º A

Os alunos do Jardim de Infância deslocam-se para o refeitório acompanhados pelas educadoras e pela monitora da sala após terem feito a higienização no WC da sala de aula. A entrada no refeitório faz-se de três em três minutos. Às 11:30 entra a sala 1, às 11:33 a sala 2, às 11:36 a sala 3 e às 11:39 a sala 4. A saída do refeitório é feita, igualmente, por salas à medida que os alunos vão terminando a refeição. A entrada e saída do refeitório são feitas sempre pela porta interior. Os alunos saem do refeitório em fila, acompanhados pela monitora de sala e deslocam-se para a sala de aula para fazer a higienização. Após a higienização vão para o recreio (cf. Planta 5).

Os alunos do 1º ciclo saem das salas, descem as escadas interiores pela direita e deslocam-se para o refeitório acompanhados pelas professoras. A entrada no refeitório faz-se de três em três minutos. Às 12:30 entra o 1º A, às 12:33 o 1º B, às 12:36 o 2º A e às 12:39 o 2º B. Às 13:00 entra o 3º A, às 13:03 o 3º B, às 13:06 o 4º A e às 13:09 o 4º B. A saída do refeitório é feita, igualmente, por salas à medida que os alunos vão terminando a refeição. A entrada no refeitório é feita pela porta interior e a saída pela porta exterior. Em dias de chuva, a entrada e a saída do refeitório são feitas pela porta interior. Os alunos

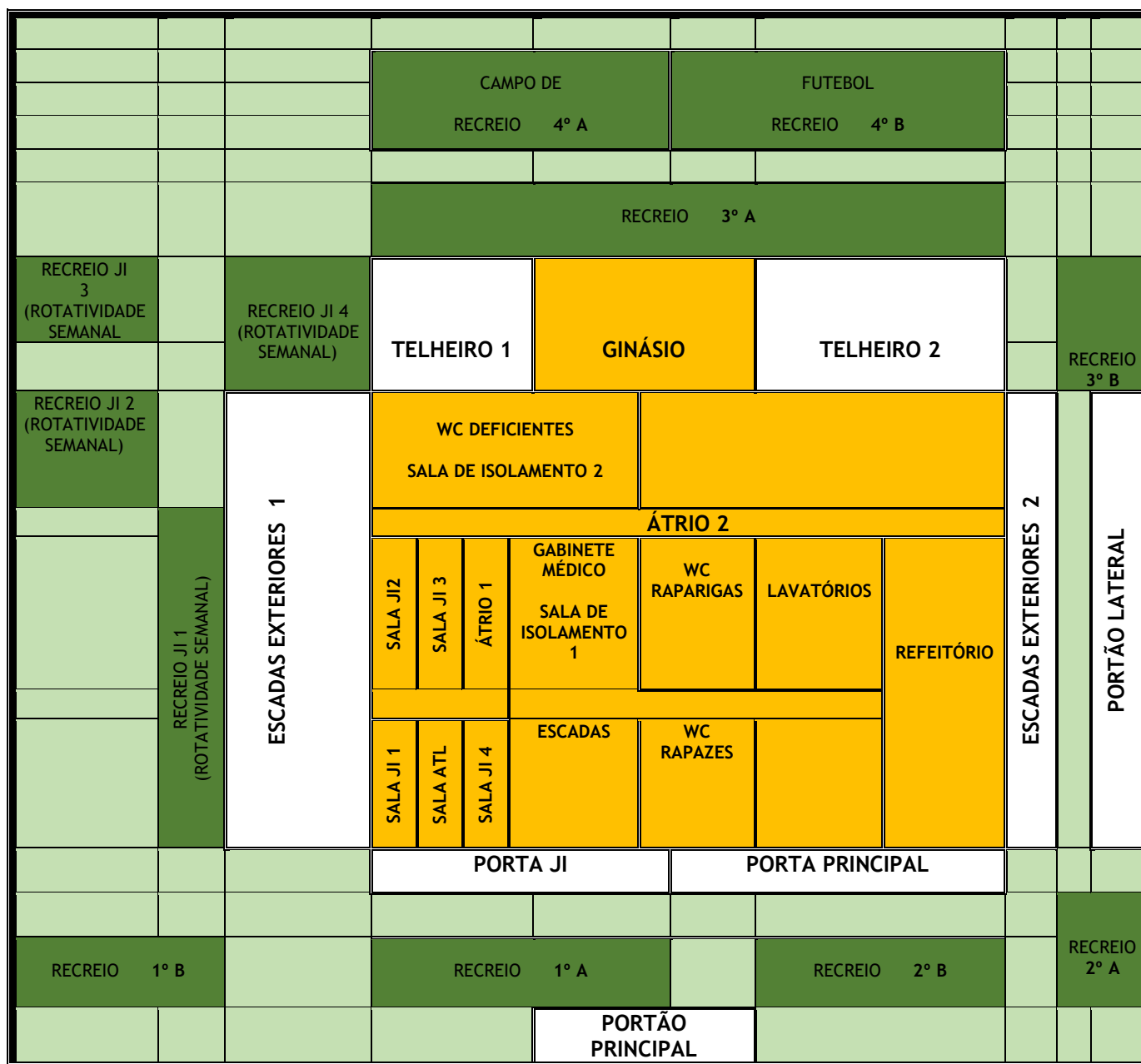
saem do refeitório em fila, acompanhados pela respetiva assistente operacional e deslocam-se para o espaço que lhes está destinado no recreio ou para a sala de aula em

dias de chuva. A higienização das mãos é feita à entrada e à saída do refeitório. Os alunos do 1º A, 2º A, 3º A e 4º A fazem a higienização no WC das raparigas que fica junto ao refeitório. Os alunos do 1º B, 2º B, 3º B e 4º B fazem a higienização no WC dos rapazes que fica junto ao refeitório. (cf. Planta 5)

Os alunos do Jardim de Infância e do 1º ciclo - 1º, 2º, 3º e 4º ano, cumprirão as regras seguintes:

1. Cada turma irá ao refeitório num horário específico e ocupará sempre os mesmos lugares;
2. A turma entrará e sairá do refeitório em fila indiana e sempre acompanhada por um adulto (professora/ assistente operacional - educadora/monitora);
3. Antes de se sentarem nas mesas e após a refeição, lavam sempre as mãos em local próprio destinado para o efeito, com a supervisão de um adulto (professora/assistente operacional ou educadora/monitora);
4. Durante a refeição os alunos não devem sair do seu lugar nem circular no espaço;
5. Durante a refeição os alunos não podem ir à casa de banho;
6. Serão colocados apenas dois alunos por mesa (o par que partilha a mesma carteira na sala de aula), no mesmo sentido;
7. Não devem ser partilhados quaisquer equipamentos ou alimentos;
8. No refeitório, todos os funcionários utilizam máscara;
9. Após a utilização do espaço por cada turma, será feita a higienização das mesas e cadeiras;

Planta 5 - REFEIÇÕES (PEQUENO ALMOÇO/ALMOÇO/LANCHE DA TARDE)



08 | REGRAS GERAIS

- Em todo o recinto escolar é obrigatório o uso de máscaras pelos docentes e não docentes, sendo ainda possível o uso de viseira, consoante as funções/tarefas que aqueles estejam a desempenhar.

- **Não é permitida** a partilha de alimentos, bebidas, material escolar, lenços de papel, telemóveis e outros bens pessoais, em todo e qualquer espaço da escola, incluindo salas de aula, refeitório, corredores, casas de banho, recinto escolar, ...
- **Lavagem de mãos:** as crianças/alunos devem lavar as mãos quando chegam à escola (na sala de aula), após ida à casa de banho, antes e depois das refeições e sempre que se justifique.
- **Casa de banho:** só é permitida a permanência de uma criança/aluno de cada vez na casa de banho. As entradas nas casas de banho são controladas por uma assistente operacional.
- **Não é, igualmente, permitida** a afixação de trabalhos nos corredores, átrios, salas de aula ...
- **Os trabalhos de casa,** têm que ser enviados através de correio eletrónico;
- **As mochilas dos alunos do Jardim de Infância e 1º ciclo** são desinfetadas no primeiro dia e permanecem na sala de aula o ano todo, penduradas nas costas da cadeira de cada aluno. **Os manuais escolares e restantes materiais (cadernos, lápis, mudas de roupa, sapatilhas para a educação física, flauta, dicionário...)** ficam dentro da mochila. **As fichas de trabalho das diferentes áreas** devem ficar em casa para os alunos trabalharem.
- Cada aluno traz, diariamente, o seu **lanche e a garrafa de água** dentro de um saco de plástico transparente fechado, que é desinfetado à entrada por uma assistente operacional.
- **Deve ser mantido o distanciamento físico possível** em todo o recinto escolar. Nas salas de aula os alunos devem estar sentados dois a dois direcionados todos para a frente, não devendo haver lugar a trabalho de grupo que implique a colocação frente a frente.
- **O par de alunos:** deve ser sempre o mesmo nas diversas situações: sala de aula, refeitório, visita de estudo, deslocação para a piscina, ...
- **Saudações/cumprimentos:** não são permitidas manifestações sociais que impliquem o contacto direto como o aperto de mão, os beijos, os abraços. A situação deve ser bem explicada à criança/aluno.
- **Sala dos professores:** só é permitida a permanência em simultâneo de quatro adultos na sala de professores.

- **Sala das assistentes operacionais:** só é permitida a permanência em simultâneo de dois adultos na sala de refeições.
- Devem ser observadas todas as indicações prestadas pelas assistentes operacionais.

Muito importante:

Por uma questão de segurança **não é permitida a entrada de encarregados de educação para entrega dos seus educandos.**

Os encarregados de educação sempre que pretendam contactar com o professor titular, educadora ou coordenadora de escola, **devem dar prioridade ao contato telefónico e email.** Caso seja estritamente necessário o contato presencial deve ser agendado através de marcação antecipadamente.

Os encarregados de educação **não podem levar a criança/aluno à escola no caso da mesma apresentar uma temperatura = ou > a 38° à saída de casa.**

Têm, igualmente, a obrigação de informar o Coordenador de escola se existir no seio familiar alguma situação de Covid.

09 | PERCURSOS EXTERIORES/INTERIORES

- No acesso interior às salas de aula os alunos deverão respeitar os percursos definidos para cada turma;
- Os alunos devem circular sempre pelo lado direito seguindo a sinalética;
- Sempre que se desloquem em grande grupo de um espaço para outro, serão sempre acompanhados de um adulto e em fila;
- Apenas se deslocam sozinhos para ir ao WC, a vigilância neste espaço será feita pela Assistente Operacional de forma a evitar que o número de alunos em simultâneo no WC ultrapasse o previsto;
- Os alunos devem cumprir todas as indicações prestadas pelos professores e assistentes operacionais.

10 | SALAS DE AULAS

1. Cada turma tem uma sala própria;
2. Na entrada da sala é, sempre, obrigatória a desinfeção das mãos, usando o dispensador aí existente sempre que o aluno sai da sala por qualquer motivo;
3. Antes da entrada na sala, cada turma tem o seu local específico para aguardar em fila indiana a indicação do professor ou assistente operacional para a entrada na mesma;
4. As salas de aula encontram-se abertas e, assim, devem manter-se;
5. Os alunos devem ocupar sempre os mesmos lugares;
6. A saída da turma da sala de aula para o recreio, almoço e fim das atividades letivas, será sempre acompanhada pelo professor e em fila indiana;
7. O professor só deverá permitir a saída dos alunos após verificar a ausência, clara, de congestionamento nos percursos.
8. As portas e janelas das salas, corredores e átrios devem estar abertas quando as crianças chegam à sala, privilegiando-se desta forma a renovação do ar;
9. O espaço da sala de aula deve ser otimizado, de modo a garantir uma maximização do espaço entre alunos e entre alunos/docentes;
10. Devem privilegiar-se atividades que recorram a materiais mais facilmente higienizáveis, evitando aqueles que, pelas suas características, apresentam maior risco de contaminação.

11 | HIGIENIZAÇÃO DOS ESPAÇOS

Salas de Aula

- Após a saída dos alunos para os recreios, almoço e fim de atividades letivas, será reforçada a limpeza (maçanetas das portas, tampos das mesas, computadores e ratos);
- Os caixotes do lixo são esvaziados no final de cada turno (manhã e tarde);
- Sempre que as crianças saíam da sala de aula (intervalo e almoço), a assistente operacional afeta à respetiva sala abre as janelas da sala para a arejar.

Corredores (circulação nos corredores)

- As portas manter-se-ão abertas;
- Será feita a limpeza frequente do tampo da secretária e dos corrimãos.

Casas de Banho

- Os WC são higienizados após os recreios, almoço, fim das atividades letivas e sempre que houver uma maior utilização no período letivo;
- Será efetuado um reforço na limpeza/desinfecção (torneiras, autoclismos e maçanetas das portas) após os intervalos;
- Os WC terão sempre para utilização dos alunos os toalhetes de papel e o sabão.

Ginásio

- A limpeza do material será efetuada após cada utilização;
- Promover-se-á o arejamento frequente;
- A limpeza do ginásio será efetuada após cada utilização de acordo com o calendário estabelecido para o efeito.

12 | SALA(S) DE ISOLAMENTO

Sala 1	Gabinete Médico	Intervenção de primeira linha
Sala 2	WC deficientes (junto ao ginásio)	Intervenção de segunda linha

As duas salas estão equipadas com:

- Cadeira ou marquesa (para descanso e conforto do aluno, professor ou funcionário suspeito de infeção por COVID-19, 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;
- toalhetes de papel;

- máscara(s) cirúrgica(s);
- luvas descartáveis;
- termómetro;
- batas impermeáveis;
- telemóvel.

Assistente operacional de primeira linha - Cláudia Duarte (1º ciclo)/Andreia Ferreira (JI).

Assistente operacional de segunda linha - Ana Binda (1º ciclo)/Cláudia Justino (JI).

13 | PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO DE INFEÇÃO POR SARS-COV-2

Recomendação: Tendo em consideração o nível etário das crianças/alunos que frequentam este nível de ensino, é muito importante o papel que o professor e as assistentes operacionais têm numa primeira intervenção junto da criança/aluno no sentido da deteção ou da atenção aos sinais indicativos que os mesmos possam apresentar.

1. Qualquer criança/aluno que apresente sinais ou sintomas (febre, tosse ou dificuldade respiratória) deve colocar de imediato a máscara fornecida pela Assistente Operacional, antes de abandonar o local onde se encontra (sala de aula, recreio, outro) e ser acompanhada, por um circuito próprio, para a sala de “isolamento”.
2. Tratando-se de um adulto dirige-se sozinho para a sala de isolamento;
3. A assistente operacional designada para o efeito acompanha/presta assistência ao aluno com sintomas e deve colocar, momentos antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica, a qual deverá permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face, luvas descartáveis e vestir a bata de proteção individual;
4. Perante a deteção de um caso suspeito de COVID-19 de uma pessoa presente no estabelecimento de educação ou ensino, são imediatamente ativados todos os procedimentos constantes no seu Plano de Contingência e é contactado o ponto focal do estabelecimento, o respetivo Coordenador, que deve tomar as devidas diligências, previstas no Plano de Contingência;
5. O acompanhante, já na sala de “isolamento”, contacta o **SNS 24 (808 24 24 24)**;

6. Após a avaliação do SNS 24, o trabalhador/aluno e/ou o acompanhante serão informados de que:

a) **não é um caso suspeito** de COVID-19 e serão definidos os procedimentos adequados à situação clínica e é informada a família ou responsáveis legais;

b) **é caso suspeito** de COVID-19, o SNS 24 contacta a linha de apoio médico (LAM), da Direção Geral da Saúde para validação da suspeição e é informada a família ou responsáveis legais.

c) **Caso suspeito não validado:** o SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica.

d) **Caso suspeito validado:** a DGS ativa o Instituto Nacional de Emergência Médica (INEM), o Instituto Nacional de Saúde Doutor Ricardo Jorge (INSA) e a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. O Coordenador de Estabelecimento informa o Diretor do Agrupamento de um caso suspeito validado no Agrupamento.

e) **O Diretor do Agrupamento informa de imediato o delegado regional de educação de Lisboa - Dr. Francisco Neves.**

Em Caso de Suspeito Validado

- O trabalhador/aluno doente deverá permanecer na sala de “isolamento” (com máscara cirúrgica, desde que a condição clínica o permita), até à chegada da equipa do INEM, ativada pela DGS, que assegura o transporte para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para testes laboratoriais.
- O acesso de outros trabalhadores/alunos à sala de “isolamento” fica interdito (exceto ao assistente operacional designado para prestar assistência).

14 | ESTRATÉGIAS DE SUBSTITUIÇÃO

Em caso de absentismo de pessoal docente e não docente por doença ou necessidade de isolamento profilático, a escola procederá da seguinte forma:

- Em caso de falta do docente os alunos são aconselhados a ficar em casa sempre que não seja possível a substituição do docente pelo coordenador de estabelecimento ou professora coadjuvante.

15 | DISTRIBUIÇÃO DAS ASSISTENTES OPERACIONAIS POR SALA/TURMA

SALA 1 JI - Gracinda Silva

SALA 2 JI - Cláudia Justino

SALA 3 JI - Andreia Ferreira

SALA 4 JI - Irene Catarino

1º A - Ana Binda

1º B - Cátia Quirino

2º A - Fátima Azevedo

2º B - Cláudia Duarte

3º A / 3º B - Maria Falcão

4º A / 4º B - Hilária Costa

16 | DISTRIBUIÇÃO DAS MONITORAS POR SALA DE JARDIM DE INFÂNCIA

SALA 1 JI - Sílvia Cardoso

SALA 2 JI - Débora Gomes / Ana Cavaco

SALA 3 JI - Sandra Barros / Marisa Gomes

SALA 4 JI - Bruno Moreira

Um 5º elemento em sistema de rotatividade

SAC, setembro, 2020

ANEXO 1: LISTA DE CONTACTOS ÚTEIS

UNIDADE DE SAÚDE PÚBLICA

AUTORIDADE DE SAÚDE LOCAL

DIRETOR DO AGRUPAMENTO DE ESCOLAS

PONTO FOCAL DO PLANO DE CONTINGÊNCIA

Efetivo: O Coordenador de Estabelecimento _____

Suplente: _____

OUTROS

ANEXO 2: ORIENTAÇÕES PARA UMA CORRETA LAVAGEM DAS MÃOS

A lavagem das mãos ocorre:

- Sempre que iniciar o trabalho;
- Sempre que se apresentarem sujas;
- Sempre que mudar de tarefa (ex: antes e depois de utilizar equipamento informático);
- Sempre que tossir, espirrar ou mexer no nariz;
- Sempre que estiver em contacto com objetos passíveis de ter secreções;
- Antes e depois de comer;
- Depois de mexer no cabelo, olhos, boca, ouvidos e nariz;
- Sempre que utilizar as instalações sanitárias;
- Depois de manipular e/ou transportar lixo;
- Depois de manipular produtos químicos (produtos de limpeza)
- Antes e depois de manipular alimentos crus.

Lavagem das mãos

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



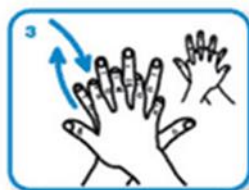
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



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



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



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.

ANEXO 3: NORMAS PARA UMA CORRETA DESINFEÇÃO DAS MÃOS

Fricção Anti-séptica das mãos



Duração total do procedimento: 20-30 seg.



1a Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



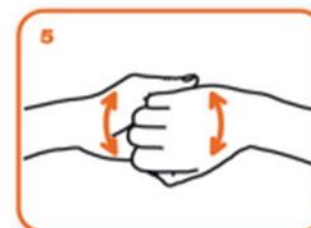
2 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



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



4 As palmas das mãos com dedos entrelaçados



5 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados



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



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



8 Uma vez secas, as suas mãos estão seguras.

ANEXO 4 - UTILIZAÇÃO DE LUVAS DESCARTÁVEIS

As luvas descartáveis são uma medida prática para reduzir a propagação da infeção, especialmente em ambiente de cuidados de saúde e nas tarefas de limpeza. No entanto estas podem tornar-se um problema se não forem bem colocadas.

As luvas descartáveis devem ser utilizadas nos seguintes procedimentos:

- . Quando há contacto com roupa com secreções (vómito, fezes, entre outras) ou sangue;
- . Limpeza e desinfeção de feridas;
- . Contacto direto com pessoa com sintomas de COVID-19.

A forma correta de calçar e remover as luvas é:

Calçar luvas:



- Remova jóias e outros artefactos das mãos e pulsos



- Cuidadosamente, calce a luva ajustando-a até ao pulso



Remover luvas:



- Comece a retirar na zona do pulso



- Puxe lentamente até remover cada uma das luvas



- Coloque-as no lixo



- Lave as mãos

ANEXO 5 - OUTRAS MEDIDAS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL

1. Distanciamento entre pessoas

Evitar o contacto com pessoas que apresentem sintomas de Gripe.

No caso de contacto manter pelo menos a distância de 1 metro.



2. Cumprimento das regras de etiqueta respiratória:

Cubrase quando tossir

