

## PLANO DE CONTINGÊNCIA DA INCUBADORA DE EMPRESAS DE ALBERGARIA-A-VELHA

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). 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) e dores musculares generalizadas. 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 (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

Para mais informações e recomendações consultar: [www.covid19.min-saude.pt](http://www.covid19.min-saude.pt).

A COVID-19 foi considerada uma Pandemia a 11 de março de 2020 pela Organização Mundial de Saúde. Em Portugal, as medidas de Saúde Pública têm sido implementadas de acordo com as várias fases de preparação e resposta a situações epidémicas, por forma a diminuir progressivamente a transmissão do vírus, prestar os cuidados de saúde adequados a todos os doentes e proteger a Saúde Pública.

O sucesso das medidas de Saúde Pública depende da colaboração de todos os cidadãos, das instituições e organizações, e da sociedade. É sabido que o risco de transmissão aumenta com a exposição a um número elevado de pessoas, especialmente em ambientes fechados.

Os espaços (salas de formação e pavilhão) da Incubadora de Empresas, pelas características, podem ser locais de potencial transmissão da infeção SARS-CoV-2, quer por contacto direto e/ou indireto. Por isso, medidas adicionais devem ser tomadas para assegurar a minimização da transmissão da doença nestes contextos.

Considerando:

- A Resolução do Conselho de Ministros n.º 40-A de 29 maio (Prorroga a declaração da situação de calamidade, no âmbito da pandemia da doença COVID-19);

- A Orientação n.º 024/2020 (Retorno ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º anos de escolaridade);
- A Orientação n.º 030/2020 (Procedimentos de prevenção e controlo para espaços de lazer, atividades físicas e desporto e outras instalações desportivas);
- Não existir uma orientação específica para as salas de formação, mas que a sua utilização é muito semelhante à utilização de salas de aulas;

É elaborado o presente Plano de Contingência para as instalações e atividades realizadas nas salas de formação e pavilhão da Incubadora de Empresas no Município de Albergaria-a-Velha, com efeitos a partir de dia 17 de junho 2020.

### 1. Medidas de Prevenção de transmissão do COVID-19

Atualmente não há vacina contra o COVID-19. A melhor maneira de prevenir a infeção é evitar a exposição ao vírus.

- a) **lavar as mãos com frequência** – com sabão e água, ou esfregar as mãos com gel alcoólico se não for possível lavar as mãos;
- b) tossir e espirrar para prega do cotovelo, ou para um lenço de papel que deverá ser deitado fora. Não se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos;
- c) as pessoas que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para a atividade na Incubadora de Empresas.
- d) utilizar um gel alcoólico que contenha pelo menos 70% de álcool se não for possível lavar as mãos com água e sabão;
- e) evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos;
- f) evitar contato próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória;
- g) limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum;
- h) se tiver sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS24: 808 24 24 24. Ao mesmo tempo, deve contactar o colaborador que estiver de serviço na receção da Incubadora. Não deve deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde;
- i) consultar regularmente informação em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)

**2. Medidas de acesso e funcionamento das salas de formação e pavilhão da Incubadora de Empresas**

- a) Obrigatória marcação prévia, para o e-mail [Incubadora.empresas@cm-albergaria.pt](mailto:Incubadora.empresas@cm-albergaria.pt) ou por telefone 234 529 751;
- b) Cumprir com a instrução do/a colaborador/a ou do/a formador/a dentro da sala de formação ou pavilhão multiusos;
- c) Cumprir com os acessos de entrada e saída e, ainda, os percursos definidos de circulação para a utilização e utilizadores dos espaços;
- d) Assegurar o distanciamento físico como uma estratégia importante de redução do risco de contágio por COVID-19: pelo menos 1,5 a 2 metros entre pessoas dentro da sala de formação ou pavilhão multiusos;
- e) Cumprir com as regras de etiqueta respiratória, lavagem correta de mãos e outras medidas de higienização, devidamente assinaladas e afixadas nos espaços da incubadora, acessível a todos;
- f) A higienização das mãos deverá ser feita à entrada e saída das salas e do pavilhão multiusos;
- g) O uso obrigatório de máscaras dentro do espaço da Incubadora de Empresas durante todo o tempo que está nas instalações da Incubadora de Empresas para formador e formandos.
- h) Obrigatoriedade de uso da máscara nos espaços comuns da Incubadora, manter a distância de segurança de dois metros entre pessoas e observar as regras de etiqueta respiratória afixadas nas portas das salas de formação;
- i) No hall de entrada/ receção ou corredores não pode haver concentração de mais de 5 pessoas;
- j) Os utilizadores das salas de formação deverão utilizar a casa de banho do piso inferior próximas da receção;
- k) Evitar o toque e o contacto com produtos, equipamentos ou superfícies desnecessárias;
- l) Todas as salas de formação e pavilhão multiusos têm rede wifi de internet, pelo que é recomendado que os formandos levem o seu equipamento com possibilidade de ligação à rede wifi.



- m) A entrada na sala de formação é feita de forma ordenada e espaçada. Na primeira sessão o formador deve coordenar a entrada na sala.
- n) A entrada na sala é precedida de lavagem/higienização das mãos. Para o efeito existe dispensador de gel de desinfecção à entrada da sala.
- o) Casos em que a regra de lavagem/higienização de mãos não seja cumprida implicará a exclusão do formando em causa dessa ação de formação.
- p) Não é permitida a partilha de objetos pessoais, incluindo telemóveis, canetas ou manuais. Qualquer manual que no fim seja abandonado é destruído.
- q) A saída da sala é feita de forma ordenada, tendo início com a saída dos formandos que ocupam os lugares mais próximos da porta.
- r) Nos intervalos os formandos devem observar a distância de segurança, mantendo-se afastados pelo menos 1,5 metros. E devem estar no exterior do hall de entrada da Incubadora de Empresas;
- s) As salas são ventiladas por meios naturais em todos os momentos em que esteja vazia com especial relevo para o período que antecede a formação e intervalos. Sempre que for possível essa ventilação mantém-se ao longo da sessão;
- t) Garantir o registo, data e hora de entrada e saída, de todos os utilizadores das salas de formação ou pavilhão multiusos, para efeitos de eventual vigilância epidemiológica; (Em cada sala, em cima da mesa do formador, estará disponível uma folha de registo que terá de ser impreterivelmente preenchida por este com os dados nela solicitados;
- u) As mesas das salas de formação devem estar dispostas com a mesma orientação evitando uma disposição que evite os formandos virados de uns para os outros;
- v) A capacidade máxima, de cada sala (não podendo ser alterada):
  - Sala 1 - 10 formandos
  - Sala 2 - 13 formandos
  - Sala de informática - 10 formandos (1 por PC)
  - Auditório - 20 formandos
  - Pavilhão Multiusos – 20 pessoas

- w) As entidades formadoras são obrigadas a assegurar o gel desinfetante e mascaras aos seus formandos;
- x) O uso de máscara de proteção individual é obrigatório e responsabilidade do formando. Para casos pontuais a Incubadora de Empresas terá sempre para distribuição 2 a 3 máscaras para distribuição, salvo quebra na cadeia de fornecimento. Casos em que um formando não tenha máscara e não havendo stock para a sua disponibilização por parte dos serviços da Incubadora de Empresas implicará a exclusão do formando em causa dessa ação de formação.
- y) No caso de utilização do pavilhão multiusos da Incubadora de Empresas para a prática desportivas aplica-se o Plano de Contingência para as instalações e atividades desportivas municipais no Município de Albergaria-a-Velha (de 17/06/2020);
- z) O presente Plano poderá sofrer alterações, conforme a evolução e as orientações das entidades com competência e autoridade nesta matéria;
- aa) Numa situação em que alguém apresente sintomas de infeção o formador deverá contactar de imediato a Receção, para ser reencaminhado para a sala de isolamento. Presencialmente ou através do contacto 234529751 (período diurno). Em horário pós-laboral contactar o número 964852743.

## **2. Higiene e Limpeza das Instalações, Superfícies e Equipamentos**

- a. Limpeza e desinfestação diária e periódica dos espaços, com registo obrigatório;
- b. Limpeza e desinfestação após cada utilização;
- c. Utilizar as soluções desinfetantes cutâneas disponíveis junto às entradas das salas de formação e pavilhão multiusos;

## **3. Sala de Isolamento**

- a) A Incubadora de Empresas de Albergaria-a-Velha dispõe de uma sala de isolamento, devidamente identificada, para os devidos efeitos e com kit de água, solução antisséptica de base alcoólica, toalhetes de papel, máscaras cirúrgicas, termómetro e alguns alimentos não perecíveis;
- b) A sala de isolamento está localizada no balneário 1 do pavilhão multiusos;

#### 4. Cumprimento e Implementação do Plano de Contingência


- a. Os responsáveis pelo cumprimento e implementação do presente plano de contingência das salas de formação e do pavilhão multiusos da Incubadora de Empresas são o Chefe da Divisão de Desenvolvimento Económico, Sandra Figueiredo, a técnica superior, Joana Oliveira e a assistente técnica Anabela Peralta.

#### 5. Como reconhecer um doente COVID-19

- a) Qualquer pessoa, seja colaborador ou utilizador, que apresente critérios com caso suspeito (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade em respiratória), deve ser considerado como possível caso suspeito de COVID-19. A pessoa identificada não deve sair do local onde se encontra e deverá ser encaminhada, por um colaborador, para a sala de isolamento e contactar a LINHA SNS 24 (808 24 24 24) e seguir as recomendações.

Albergaria-a-Velha, 17 de junho de 2020

O Presidente da Câmara Municipal



(António Loureiro)