

PLANO DE CONTINGÊNCIA SUMMER CAMP 2020 – COVID 19

No seguimento das recomendações da Direção-Geral de Saúde, e considerando a necessidade de proteger toda as pessoas envolvidas nos Summer Camp, a direção da SAFEBYTE – Cidadania Digital aprova o presente Plano de Contingência no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-CoV-2, agente causal da COVID-19.

Este plano contém os seguintes componentes:

- a) coordenação do plano e das ações,
- b) prevenção da infeção,
- c) plano de higienização,
- d) atuação em caso de suspeita de infeção e isolamento,
- e) ação em caso de isolamento preventivo de algum membro da equipa de animação
- f) ação em caso de ausência de um número significativo animadores,
- g) medidas específicas para os participantes no Summer Camp
- h) outras Indicações para animadores e Pais/Encarregados de Educação

ANEXO 1: LIMPEZA E DESINFEÇÃO DE SUPERFÍCIES NO LOCAL DO SUMMER CAMP NO CONTEXTO DA PANDEMIA COVID-19

ANEXO 2 BOAS PRÁTICAS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO

ANEXO 3: Lavagem das mãos

ANEXO 4: Medidas de etiqueta respiratória

ANEXO 5: Correta utilização de máscaras descartáveis

O plano será revisto e atualizado sempre que se verificar necessidade, nomeadamente pela existência de novas recomendações ou imposições por parte das autoridades competentes.

a) coordenação do plano e das ações

A coordenação do plano de contingência é da responsabilidade de Marco Frazão, que poderá ser contactado em qualquer momento através do email mfrazao@cidadaniadigital.pt

O coordenador é apoiado nas suas funções pelo coordenador adjunto de cada campo que o substituem na sua ausência, com os seguintes contactos segundo o Summer Camp em causa:

C1 – Coimbra (Cernache), 19 a 25 de Julho, Filipa Matos - fil.pipoca.matos.99@gmail.com

L3 – Lisboa, 7 a 11 de Setembro, Tiago Silva - tiago6038@gmail.com

Qualquer ação no âmbito do plano deverá ser prontamente comunicada ao coordenador que é quem fará a articulação que se mostrar necessária com as autoridades (serviços de saúde, Direção-Geral da Saúde) e com os Pais/Encarregados de Educação.

Qualquer dúvida quanto ao plano de contingência, por parte de qualquer membro da equipa de animação, deverá ser esclarecida junto do coordenador.

b) prevenção da infeção

Os sintomas da COVID-19 são febre, tosse e dificuldade respiratória, podendo, no entanto, verificar-se outros sintomas, tais como dor de garganta e dores musculares generalizadas. São considerados casos suspeitos* de COVID-19 todas as pessoas que desenvolvam: quadro respiratório agudo de tosse (persistente ou agravamento de tosse habitual) ou febre (temperatura $\geq 38.0^{\circ}\text{C}$) ou dispneia / dificuldade respiratória.

*Norma 004/2020 da DGS, atualizada no dia 25 de abril 2020

Para melhor compreender as medidas deste plano, reproduz-se aqui a informação da DGS sobre a transmissão deste vírus (orientação 006/2020 de 26/02/2020):

“Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
 - Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
 - Por aerossóis em procedimentos terapêuticos que os produzem (inferiores a 1 micron).
- [...] A transmissão de pessoa para pessoa foi confirmada e julga-se que esta ocorre durante uma exposição próxima a pessoa com COVID-19, através da disseminação de gotículas respiratórias produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, as quais podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas. O contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), pode conduzir à transmissão da infeção.”

Assim sendo, é obrigatório para todas as pessoas presentes no local do Summer Camp a adoção de medidas de distanciamento social, etiqueta respiratória e higienização das mãos, a saber:

1. Cumprir os horários de entrada e de saída definidos pela organização.
2. Apenas entrar nos espaços do Summer Camp no horário definido para as atividades e sair logo após o término destas.
3. Os adultos que vão acompanhar participantes devem sempre utilizar máscara no acesso e dentro do local do Summer Camp.
4. As crianças com menos de 10 anos que não são obrigadas a usar máscara.
5. Evitar tocar na parte da frente da máscara.
6. Higienizar as mãos à entrada do Summer Camp, com solução antisséptica de base alcoólica (SABA).
7. Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos.
8. Usar lenços de papel (de utilização única) para se assoar, deitá-los num caixote do lixo depois de utilizados e lavar as mãos, com água e sabão, de seguida.
9. Evitar partilhar objetos ou comida.
10. Não entrar no espaço do Summer Camp se tiver febre, tosse ou dificuldade respiratória. Será feito o controlo de temperatura, à chegada, sendo que não podem permanecer no Summer Camp animadores ou participantes com uma temperatura superior a 38° .
11. Frequentar apenas os espaços/zonas a si adstritos.
12. Quando dentro do espaço do Summer Camp, utilizar os circuitos de entrada e saída dos diferentes espaços, bem como os circuitos de deslocação, que foram definidos para cada grupo de pessoas e que são explicados a cada um no primeiro dia de atividades.
13. Manter o distanciamento físico.
14. Não frequentar os espaços que não são necessários às atividades do Summer Camp.
15. À chegada e saída do espaço do Summer Camp, os participantes devem ser entregues/recebidos individualmente pelo seu encarregado de educação, ou pessoa por ele

designada, na entrada, evitando, sempre que possível, a circulação dos mesmos dentro do espaço do Summer Camp.

c) plano de higienização

1. Todo o espaço deve ser higienizado de acordo com a Orientação 014/2020 de 21/03/2020 da DGS, incluindo materiais, maçanetas, corrimãos, botões e acessórios em instalações sanitárias e mesas.
2. O Summer Camp tem um Plano de higienização seguindo a Orientação nº 014/2020 de 08/05/2020. (*anexo 1*)
3. O plano de higienização está afixado em local visível e é do conhecimento dos profissionais envolvidos.
4. Os profissionais de limpeza conhecem bem os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante a realização do seu trabalho e como garantir uma boa ventilação dos espaços durante a limpeza e desinfeção.
5. Todos os espaços deverão estar sempre bem ventilados e, quando seguro para os participantes, com as portas e janelas abertas.

d) atuação em caso de suspeita de infeção e isolamento

1. Em caso de suspeita de infeção do próprio, ou de terceiro, todos os membros da equipa de animação têm o dever de contactar imediatamente o Marco Frazão, pessoalmente ou através do 912510973.
2. Verificando o coordenador do plano a relevância da suspeita, a pessoa será dirigida para a sala de isolamento que está situada nos seguintes locais:
Summer Camp em Lisboa: na sala (sala 1) imediatamente do lado direito das WC, junto ao salão grande de festas.
Summer Camp em Coimbra (Cernache): na primeira sala do lado esquerdo no corredor das antigas salas de professores do Colégio CAIC (1º andar).
3. Ao dirigir-se ou, no caso de ser um participante, ao ser dirigido para a sala de isolamento, a pessoa não deve tocar em quaisquer superfícies nem interagir com terceiros.
4. A Autoridade de Saúde é imediatamente informada do caso suspeito, sendo fornecidos os dados (nome, data de nascimento, contato telefónico) das pessoas que integram o(s) grupo(s) a que pertence a pessoa com suspeita de infeção de forma a facilitar a aplicação de medidas de saúde pública aos contactos de risco.
5. A limpeza e desinfeção das superfícies mais utilizadas pela pessoa suspeita de infeção é reforçada, bem como a da área de isolamento.
6. Os resíduos produzidos pela pessoa suspeita de infeção são acondicionados em duplo saco, de plástico e resistente, fechado com duplo nó apertado.
7. Tratando-se de um menor de 18 anos, é imediatamente avisado o encarregado de educação. Estes serão aconselhados a entrar em contacto com o SNS 24 (808 24 24 24), o que também poderá ser feito pela organização.
8. Enquanto em uso, é vedado o acesso à sala de isolamento a todas as outras pessoas exceto se a pessoa em isolamento for um participante, caso em que estará acompanhado por um animador.
9. No caso de ser considerado um caso suspeito pela Autoridade de Saúde, todos os encarregados de educação dos participantes desse Summer Camp serão avisados por email.
10. Para garantir a serenidade de todos, caso o mecanismo de suspeita seja ativado, o coordenador do plano informará os encarregados de educação se o caso foi confirmado ou não, após receber essa informação das autoridades de saúde.

11. Caso seja confirmado, o Summer Camp desenvolverá as medidas definidas pelas autoridades de saúde.

e) ação em caso de isolamento preventivo de algum membro da equipa de animação

Em caso de isolamento preventivo de um animador, o modo de acompanhamento dos seus participantes será determinado pela direção do Summer Camp. As suas tarefas serão distribuídas pelos outros animadores da equipa de animação. Será contactado um novo animador, da lista de substituições, para substituir esse animador (em isolamento) nas suas funções.

f) ação em caso de ausência de um número significativo de animadores

1. No caso de ser decretada pelas autoridades qualquer medida adicional de encerramento do Summer Camp, ou se grande parte dos animadores adoecer, ou não puder comparecer no local do Summer Camp devido a medidas de isolamento, poderá ser determinado o encerramento parcial ou total do Summer Camp.

2. Nesta eventualidade, a direção do Summer Camp enviará a todos os encarregados de educação informação regular sobre o encerramento e as medidas de vigilância a adotar. Esta comunicação será efetuada por via eletrónica (email).

3. A direção do Summer Camp procurará, com os animadores, definir um plano de despedida e fecho de Summer Camp, apoiado em recursos informáticos, de modo a diminuir o impacto do encerramento do Summer Camp junto dos participantes.

g) medidas específicas para os participantes no Summer Camp

Devido à natureza das atividades do Summer Camp e à maior dificuldade em aderir às medidas preventivas por parte dos participantes deste grupo etário, nomeadamente no que diz respeito ao distanciamento social, devem ser reforçadas as medidas de prevenção e controlo de infeção. Nesse sentido são definidas orientações que procuram atuar na redução do risco de contágio.

1. O horário dos Summer Camp de Lisboa, que inclui os períodos de acolhimento entre as 8.00 e as 9.00 e entre as 18.00 e as 19.00 não poderá ser excedido, e é durante este período que devem ser entregues os filhos no Summer Camp. No Summer Camp de Coimbra, os participantes devem ser entregues entre as 14.00 e as 15.00, e será também este o horário no dia da partida.

2. A entrada é feita da seguinte forma conforme os Summer Camp:

Summer Camp em Lisboa: pela porta pequena do lado direito do jardim de entrada do CUPAV respeitando os circuitos de circulação

Summer Camp em Coimbra: os participantes são deixados pelos pais a meio da escadaria que vai do parque de estacionamento para o pátio frente ao refeitório, não subindo (os pais) até ao pátio. No dia da partida os filhos descem as escadas para irem ter com os pais no parque de estacionamento.

3. É feita, à chegada, a higienização das mãos com solução antisséptica de base alcoólica.

4. Os participantes são acolhidos pelos animadores que depois as levarão/indicarão como chegar ao local onde decorrem as atividades.

5. É feito, à chegada, o controlo de temperatura do participante, sem registo. Participantes com uma temperatura superior a 37,5º não podem permanecer no local do Summer Camp.

6. Sempre que possível deve ser reduzido o número de adultos que pode deixar e ir buscar o participante.

7. A organização dos participantes será por grupos fixos, com o mesmo animador, de forma a reforçar o distanciamento físico possível nestas idades.
8. Serão adaptados, na medida do possível, os horários das rotinas, atividades e circuitos, para minimizar o contacto entre os vários grupos de participantes /animadores. Serão privilegiadas as atividades ao ar livre, sempre que o tempo o permita.
9. As crianças não devem trazer de casa objetos (brinquedos, bolas e afins) pessoais, excepto os indicados como material necessário pela organização.
10. Apenas os materiais estritamente necessários às atividades estarão disponíveis para essas atividades.
11. A ocupação do dormitório será feita de modo a permitir o distanciamento entre as crianças. Procurar-se-á manter o espaço ventilado de forma natural.
12. Deverá ser disponibilizada (numa mochila) uma muda de roupa e calçado para cada participante.

h) outras Indicações para animadores e Pais/Encarregados de Educação

Indicações para os animadores

1. Os animadores deverão estar disponíveis para participar em ações de formação e esclarecimento.
2. As medidas de higiene pessoal, utilização de máscaras, etiqueta respiratória e de higienização dos espaços adotadas pela direção dos Summer Camp, de acordo com as indicações da Direção-Geral de Saúde, devem ser interiorizadas e mantidas por todos, durante a vigência do Plano de Contingência (anexos 3 a 5).
3. Os espaços destinados aos animadores devem estar bem ventilados, e, sempre que possível, com as janelas e portas abertas.
4. Nos casos de ausência devido a suspeita ou contacto com caso suspeito de COVID-19, é obrigatória a comunicação imediata à direção do Summer Camp; o regresso está sujeito a apresentação de atestado médico comprovativo do estado de saúde ou de resultado negativo de teste para Covid-19 reconhecido pelas Autoridades de Saúde competentes.

Indicações para os Pais/Encarregados de Educação

1. Os Pais/Encarregados de Educação devem manter atualizados os seus contactos de forma a possibilitar uma comunicação rápida e eficaz por parte da direção do Summer Camp.
2. Aos Pais/Encarregados de Educação é pedido que colaborem no cumprimento das normas/orientações das Autoridades de Saúde competentes de não entrada no local do Summer Camp de participantes que apresentem febre ou outros sintomas de doença.
3. Os Pais/Encarregados de Educação devem comunicar à direção do Summer Camp os casos diagnosticados de COVID-19 dos seus educandos, ou contactos próximos, junto do coordenador do plano através do mfrazao@cidadaniadigital.pt

Número do SNS 24: 808 24 24 24

Vamos todos colaborar, e assim, #vamosficarbem .

Marco Eiró Frazão
Diretor dos Summer Camp

ANEXO 1: PLANO DE HIGIENIZAÇÃO DO SUMMER CAMP NO CONTEXTO DO COVID-19

Equipamentos de Proteção Individual (EPI):

Os profissionais de limpeza que se apresentem para higienização e desinfecção dos espaços do Summer Camp devem utilizar EPIs que os protejam quer dos produtos utilizados, quer de eventual contaminação existente na área que irá limpar.

Os EPIs são constituídos por máscara cirúrgica descartável (que pode ser usada por períodos de 4 horas) ou reutilizáveis, luvas e bata.

Procedimentos na área a limpar:

Os profissionais de limpeza devem entrar nos locais a limpar já totalmente equipado com o EPI envergado e com o material de limpeza, levando também consigo sacos prontos para a recolha dos resíduos.

Ao entrar no espaço a limpar, deve abrir janelas e arejar a área, sempre que possível.

Começar a limpar de alto para baixo e das zonas mais distantes da porta de entrada para a porta de entrada/saída.

Ter um cuidado especial na limpeza de objetos mais tocados (ex: interruptores; maçanetas das portas; torneiras; corrimãos; mesas; cadeiras; teclados de computadores; telefones e outros) e áreas mais frequentadas.

No final da limpeza, esperar para ter o espaço totalmente arejado e só depois fechar as janelas, no caso de já ser o final do dia.

Terminadas as limpezas, colocar os EPI reutilizáveis, em embalagem própria hermeticamente fechada, para os transportar até à zona de desinfecção/lavagem do material e os EPI descartáveis nos sacos de resíduos.

Frequência de limpeza

A desinfecção dos espaços e superfícies deve ser efetuada, no mínimo, com frequência diária e sempre que se mostrar necessário, de acordo com a técnica abaixo descrita.

As frequências de referência são:

- Casas de banho – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- Zonas e objetos de uso comum – corrimãos, maçanetas das portas, interruptores, zonas de contacto frequente – pelo menos duas vezes de manhã e duas vezes à tarde;
- Salas de apoio e dos materiais – de manhã e à tarde;
- Refeitórios –após cada refeição

Produtos e técnicas de desinfecção de espaços

A limpeza e desinfecção de espaços interiores do Summer Camp utiliza os seguintes produtos e técnicas:

a) Agentes de desinfecção:

Solução de hipoclorito de sódio pronta a usar (já diluída) com a concentração de 0,05%. Se tiver de diluir o hipoclorito de sódio ou outro produto com igual poder desinfetante e álcool a 70º (para superfícies que não suportam o hipoclorito de sódio)

b) Método de aplicação:

A limpeza deve ser húmida com:

- Balde e esfregona para o chão;
- Panos reutilizáveis (laváveis) de microfibras, se houver condições para serem lavados e desinfetados pelo calor, em máquina de lavar;
- Sempre que possível, deixar as superfícies humedecidas, até que sequem, ao ar, para que o desinfetante possa atuar eficazmente.

c) Procedimento gerais:

- Lavar primeiro as superfícies com água e detergente e, em seguida, espalhar uniformemente a solução de hipoclorito de sódio nas superfícies;

- Deixar atuar o desinfetante nas superfícies durante, pelo menos, 10 minutos, sempre que possível;
- Enxaguar as superfícies só com água;
- Deixar secar ao ar, sempre que possível.

d) Procedimentos específicos

- Superfícies e equipamentos que devem ser alvo de especial atenção: maçanetas de portas; interruptores de luz; telefones; botões de elevadores (se existirem); torneiras; manípulos de autoclismos; corrimãos; materiais de computadores, tais como teclados, ecrãs e rato; equipamentos eletrónicos ou outros existentes que sejam de manuseamento frequente.
- Chão (último a limpar): deve ser lavado com água e detergente comum, seguido da desinfecção com solução de hipoclorito de sódio pronta a usar, ou solução diluída em água fria no momento da utilização
- Instalações sanitárias: devem ser lavadas, preferencialmente, com produto que contenha na composição detergente e desinfetante (2 em 1) porque é de mais fácil e rápida aplicação e desinfecção. O balde e a esfregona utilizados nas casas de banho não devem ser usados noutros espaços. Deve-se utilizar panos diferentes para os lavatórios e as áreas à volta destes e para o exterior das sanitas

Vamos todos colaborar, e assim, #vamosficarbem .

ANEXO 2 BOAS PRÁTICAS – MEDIDAS DE PREVENÇÃO


1. Utilizar máscaras nos espaços fechados do Summer Camp (dentro e fora de salas) e no percurso casa - Summer Camp - casa (especialmente quando utilizados transportes públicos);
2. Evitar tocar na parte da frente da máscara;
3. Ao entrar no Summer Camp, desinfetar as mãos com uma solução antisséptica de base alcoólica;
4. Lavar frequentemente as mãos, com água e sabão, esfregando-as bem durante, pelo menos, 20 segundos;
5. Reforçar a lavagem das mãos antes e após as refeições, antes e após as atividades, antes e após o uso da casa de banho e sempre que estejam sujas;
6. Usar lenços de papel (de utilização única) para assoar, deitá-los num caixote do lixo depois de utilizados e lavar as mãos, com água e sabão, de seguida;
7. Tossir ou espirrar para a zona interior do braço, com o cotovelo fletido, e nunca para as mãos;
8. Evitar tocar nos olhos, no nariz e na boca;
9. Manter o distanciamento físico, dentro e fora do espaço do Summer Camp;
10. Evitar tocar em bens comuns e em superfícies como corrimãos, maçanetas, interruptores, etc;
11. Divulgar e promover, nos espaços do Summer Camp, campanhas de sensibilização para as boas práticas de higiene, uso, colocação e remoção de máscara, bem como de distanciamento físico e etiqueta respiratória.


Vamos todos colaborar e assim #vamosficarbem .


ANEXO 3: Lavagem das mãos


NOVO CORONAVÍRUS COVID-19


LAVAGEM DAS MÃOS


 Duração total do procedimento: **20 segundos**


00  Molhe as mãos


01  Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos


02  Esfregue as palmas das mãos, uma na outra


03  Palma com palma com os dedos entrelaçados

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

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

06  Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa

07  Enxague as mãos com água

08  Seque as mãos com um toalhete descartável

Vamos todos colaborar, e assim, #vamosficarbem .

ANEXO 4: Medidas de etiqueta respiratória

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**



Vamos todos colaborar, e assim, #vamosficarbem .

ANEXO 5: Correta utilização de máscaras descartáveis

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.

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODAGS



Vamos todos colaborar, e assim, #vamosficarbem .