

# Jogos Juvenis Escolares da Amadora



MANUAL DE PROTEÇÃO DE PARTICIPANTES

# INDICE

## 1. APRESENTAÇÃO E ENQUADRAMENTO

## 2. NORMAS PARA ELEMENTOS DAS ORGANIZAÇÕES DE PROVA, PARCEIROS E FORNECEDORES

## 3. NORMAS PARA APLICAÇÃO NOS DIAS DOS EVENTOS / LOCAIS DE PROVA

### 3.1. Conduta dos Participantes

### 3.2. Conduta dos Alunos

### 3.3. Locais de Prova / Organização e Apetrechamento dos Espaços

### 3.4. Equipamento Desportivo

### 3.5. Apoio Alimentar

## 4. MEDIDAS DE CONTINGÊNCIA

## 1. APRESENTAÇÃO E ENQUADRAMENTO

Os Jogos Juvenis Escolares da Amadora terão a sua primeira prova da edição de 2022, o Corta-Mato, no próximo dia 19 de janeiro de 2022, na pista do Regimento de Lanceiros Nº 2.

É comprovado que a prática regular de atividade física é, sem dúvida, uma das melhores formas para alcançar o bem-estar físico e emocional. Ela contribui para a melhoria da qualidade de vida, ao acelerar o metabolismo, prevenir o aparecimento de doenças cardiovasculares e combater a diabetes e o stress; melhora a autoestima e é um forte aliado para controlar a tensão; aumenta a resistência muscular e melhora a qualidade de sono, bem como o rendimento escolar.

O atual contexto de pandemia causada pela COVID-19, dificultou a manutenção de um estilo de vida ativo da população em geral e dos alunos de Educação Física em particular.

Os Jogos Juvenis Escolares da Amadora procuram adaptar-se a esta nova realidade, encontrando formas alternativas de promoção da atividade física, de forma tão segura quanto possível. Neste sentido, apresentam-se de seguida algumas normas de atuação destinadas aos diferentes intervenientes (professores, auxiliares de ação educativa, alunos, técnicos e auxiliares autárquicos...), no sentido de promover a segurança e propagação do vírus COVID-19.

## 2. NORMAS PARA ELEMENTOS DAS ORGANIZAÇÕES DE PROVA, PARCEIROS E FORNECEDORES

- Todos os elementos envolvidos na organização e preparação das provas que, nos 7 dias antes das mesmas, apresentem um ou mais sintomas sugestivos de COVID-19 (febre, tosse, dificuldade respiratória), apresentem um teste positivo para o vírus SARS-CoV-2, ou tenham estado em contacto com um caso confirmado de COVID-19, devem informar a organização de modo a não comparecer ao trabalho e serem substituídos;
- No início de cada dia de trabalho preparatório, tal como no dia da prova, a temperatura corporal de todos os elementos da organização será medida por um funcionário destacado para o efeito;
- Caso algum colaborador, cliente, parceiro ou fornecedor apresente temperatura igual ou superior a 38º, não poderá exercer as suas funções e terá de sair do local e ser aconselhado a contactar a linha SNS24 para indicações de como proceder;
- Todos os funcionários dos serviços da Câmara Municipal da Amadora, professores, alunos e acompanhantes das delegações escolares, parceiros e fornecedores, devem usar máscara e desinfetar as mãos regularmente com o álcool gel disponibilizado pela organização, durante o evento.

## 3. NORMAS PARA APLICAÇÃO NOS DIAS DOS EVENTOS / LOCAIS DE PROVAS

Cada elemento da organização, colaborador, parceiro, fornecedor ou convidado deverá apresentar o Certificado Digital Covid-19 da EU válido para entrada no evento ou um teste negativo à Covid-19. No caso de um teste PR-PCR valoriza-se a validade de 72 horas e no caso dos testes rápidos de antigénio apenas 48 horas.

### 3.1. Conduta dos Participantes

- Todos os participantes (colaboradores, parceiros e fornecedores) deverão ser sujeitos à medição de temperatura, à entrada dos locais de provas. No caso de alunos, professores e acompanhantes das delegações de escolas, os mesmos deverão ter procedido à medição e eventual triagem, antes da entrada no respetivo autocarro;

- As organizações de prova reservar-se-ão no direito de impedir a participação de qualquer participante que seja diagnosticado como caso confirmado de COVID-19, ou que apresente temperatura igual ou superior a 38º, nesta situação o participante deverá ser aconselhado a contactar a linha SNS24 para indicações de como proceder;
- Todos os funcionários dos serviços da Câmara Municipal da Amadora, professores, alunos e acompanhantes das delegações escolares, convidados, parceiros e fornecedores, devem usar máscara e desinfetar as mãos regularmente com o álcool gel disponibilizado pelas organizações, durante o evento;
- Havendo speakers nas provas, os mesmos deverão reforçar regularmente a necessidade de cumprimento das medidas de precaução que devem ser tomadas por todos os participantes, incentivando o distanciamento físico sempre que possível;
- Todos os participantes devem evitar comportamentos que promovam a propagação da Covid-19, tais como o contacto físico, cuspir para o chão, utilizar lenços mais do que uma vez e qualquer outro tipo de ação que seja desaconselhada pela DGS.

### 3.2. Conduta dos Alunos

- Todos os alunos deverão usar máscara nos diferentes momentos do evento até ao início da prova e recolocada após a mesma;
- No caso do Corta-Mato, a máscara deve ser retirada antes da entrada para a zona de partida e deve ser deitada nos caixotes do lixo disponíveis para este efeito. Após terminar a prova, os atletas receberão uma máscara entregue pela organização, que deverão colocar de imediato;
- Os alunos deverão instruídos pelos professores responsáveis pelas delegações de escola a respeitar ao máximo as normas de distanciamento, promovendo a circulação no espaço e evitando aglomerações;
- Os alunos não deverão partilhar entre si objetos, tais como garrafas de água;
- Sempre que possível, os alunos deverão desinfetar as mãos utilizando o álcool ou gel desinfetante disponibilizado no espaço pelas organizações de prova;
- Sempre que se encontrem em filas, os alunos deverão respeitar as regras de distanciamento (2m);
- Os alunos deverão respeitar todas as indicações dadas pelos membros da organização;
- Os professores deverão exercer supervisão ativa no cumprimento de todas as normas.

### 3.3. Locais de Prova / Organização e Apetrechamento de Espaços

- Os espaços de prova devem estar apetrechados com os pontos de colocação de álcool gel considerados necessários por cada organização de prova, nomeadamente zonas de check in e entrega de apoio alimentar;
- No caso do Corta-Mato, as zonas de entrada no recinto check in/receção, secretariado de prova, meta, zona protocolar e restantes equipamentos de entretenimento e apoio, estará disponível álcool ou gel desinfetante para utilização de todos os participantes;
- Sugere-se, sempre que tal seja possível, a atribuição de um balneário só lavagem de mãos, com controlo de entradas e saídas.
- para acesso a sanitários e
- Eventuais filas de espera deverão, sempre que tal se justifique, estar delimitadas por grades ou qualquer outra meio eficaz para o efeito, se possível com marcas no chão, procurando assegurar distâncias de segurança.
- As organizações de prova deverão reforçar o número de contentores de lixo disponíveis nos espaços de provas, devendo os mesmos estar destapados;
- As organizações de prova disponibilizarão um local e contentores específicos e devidamente identificados para serem depositados os resíduos de proteção, nomeadamente luvas, máscaras e lenços. A sua remoção deve ser feita cuidadosamente. Estes contentores serão revestidos por sacos de plástico e os resíduos nunca deverão ser calcados, nem se deverá apertar o saco para sair o ar. O saco de plástico apenas deve ser cheio até 2/3 da sua capacidade e deve ser bem fechado com dois nós bem apertados e, preferencialmente, com um atilho ou adesivo;
- Nas provas de Corta-Mato, Futebol e Atletismo de Pista, os procedimentos dos dois pontos anteriores serão da responsabilidade dos serviços Câmara Municipal da Amadora;
- As organizações de prova deverão sensibilizar todos os colaboradores no sentido de evitar o contacto físico e promover o distanciamento social, sempre que possível (referência 2m);
- O número de staff de organização envolvido deve ser reduzido ao máximo.

### 3.4. Equipamento Desportivo

- Os alunos das delegações escolares deverão apresentar-se nos locais de prova devidamente equipados (ver Documento Orientador JJEA);
- Os balneários/vestiários deverão servir exclusivamente para guarda de pertences e acesso aos sanitários, evitando ao máximo a sua utilização;
- No caso do Corta-Mato, as tendas de acolhimento deverão servir exclusivamente para guarda de

pertences, evitando ao máximo a sua utilização. A lotação das tendas (número de pessoas em simultâneo) deve estar definida.

### 3.5. Apoio Alimentar

- Os produtos do apoio alimentar serão embalados individualmente;
- Nos casos particulares da entrega de fruta e do buffet de apoio no caso do Corta-Mato, deverão ser utilizadas luvas devidamente higienizadas e substituídas sempre que necessário, devendo ser considerados os seguintes pontos:
  - A higienização adequada das mãos antes e depois da colocação das luvas e sempre que as trocarem;
  - A troca de luvas deve acontecer quando estas ficarem sujas, rasgadas ou quando existir a interrupção da tarefa desempenhada.
  - Se um colaborador estiver a executar uma mesma tarefa continuamente, as luvas devem ser substituídas a cada 4 horas ou sempre que necessário.

## 4. MEDIDAS DE CONTINGÊNCIA

- Serão considerados casos suspeitos de Covid-19 todos os que desenvolvam quadro respiratório agudo com tosse (novo ou agravamento do habitual), temperatura igual ou superior a 38º ou dispneia/ dificuldade respiratória dentro do recinto do evento;
- O evento será acompanhado por uma equipa de apoio que estará disponível para dar resposta em qualquer situação
- A organização terá disponível uma zona de isolamento para casos suspeitos de COVID-19, devidamente identificada e equipada para o efeito e que será desinfetada após cada eventual utilização. A sala será equipada com:
  - Termómetro e folha de registo
  - Cadeira
  - WC exclusivo
  - Kit de alimentação e hidratação
  - Contentor de resíduos e saco de plástico
  - Álcool ou gel desinfetante
  - Toalhetes de papel
  - Máscaras cirúrgicas

- Luvas descartáveis
- Caso seja identificado um caso suspeito de Covid-19, a pessoa deverá ser encaminhada para a sala de isolamento e equipada com os elementos de proteção: máscara, lavagem das mãos e/ou gel desinfetante de mãos;
- O elemento da organização nomeado para estar na sala de isolamento deverá informar a organização da prova sobre a existência de um caso suspeito;
- O elemento da organização responsável por esta área estará devidamente equipado com máscara e luvas e procederá à troca destes elementos sempre que estiver em contacto com um caso de suspeita de COVID-19;
- Após estar na sala de isolamento, deve ser estabelecido contacto com a linha SNS24 (808 24 24 24);
- Aguardar e cumprir as instruções da linha SNS24;
- Após serem tomadas todas as medidas indicadas pela linha SNS24 e o caso suspeito abandonar a sala de isolamento, esta deve ser limpa e desinfetada, incluído o WC.
- Todos os resíduos devem ser colocados no caixote do lixo específico e o saco deve ser fechado;
- O elemento da organização responsável por esta zona deve desinfetar as mãos e trocar todos os elementos de proteção; a sala deve ficar preparada para a eventualidade de receber outro caso suspeito de Covid-19.