

PONY CLUB DO PORTO

CORONAVÍRUS (COVID-19)

PLANO DE CONTINGÊNCIA

1) O QUE É A COVID-19?

COVID-19 é o nome, atribuído pela Organização Mundial da Saúde, à doença provocada pelo novo coronavírus SARS-COV-2, que pode causar infeção respiratória grave como pneumonia.

2) O QUE SÃO OS CORONAVÍRUS?

Os coronavírus são um grupo de vírus que podem causar infeções nas pessoas. Estas infeções estão, normalmente, associadas ao sistema respiratório, podendo ser semelhantes a uma gripe comum ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

3) QUAL É O PERÍODO DE CONTÁGIO?

O período de contágio (tempo decorrido entre a exposição ao vírus e o aparecimento de sintomas) é atualmente considerado de 14 dias.

4) COMO SE TRANSMITE?

A COVID-19 transmite-se principalmente por:

- Gotículas respiratórias;
- Contato direto com secreções infecciosas;

Assim, as principais vias de transmissão são:

- De pessoa a pessoa, através de gotículas que se emitem, quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala;
- Através do contacto de mãos contaminadas que, posteriormente, contactam os olhos, nariz ou a boca (as mãos contaminam-se facilmente em contacto com objetos ou superfícies por sua vez contaminadas com gotículas de pessoa infetada).

5) IDENTIFICAÇÃO DE CASO SUSPEITO

CRITÉRIOS CLÍNICOS



CRITÉRIOS EPIMEDIOLÓGICOS

História de viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias antes do início de sintomas

OU

Contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2/COVID-19, nos 14 dias antes do início dos

OU

Profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes



6) O QUE FAZER PERANTE CASO SUSPEITO OU SE ESTEVE EM CONTACTO COM CASO CONFIRMADO?

1) Não sair de casa

Ligar SNS 24 (808 24 24 24) e comunicar eventual caso suspeito (não se deslocar para o hospital);

2) Aguardar instruções;

3) Comunicar situação ao Pony Club do Porto

LIGAR
SNS 24
808 24 24 24

7) REGRAS DE FUNCIONAMENTO DO PONY CLUB

(MEDIDAS DE PREVENÇÃO)

7.1) ACESSO AO PONY CLUB DO PORTO

- Apenas têm acesso às instalações do Pony Club do Porto alunos, utentes e no máximo dois acompanhantes por aluno/utente.
- A entrada nas instalações serão supervisionadas por um colaborador do Pony Club, que fará a medição de temperatura a todas as pessoas que entrarem no local, com termómetro contactless. A medição da temperatura corporal é feita sem que qualquer das respostas ou elementos obtidos sejam registados.
- Os alunos/utentes e acompanhantes devem ir ter diretamente ao picadeiro (desportiva ou terapêutica) e aguardar na entrada do picadeiro por o respetivo professor/técnico.
- No final das aulas/sessões devem abandonar as instalações do Pony Club. O tempo de permanência nas instalações do Pony Club do Porto, deve ser apenas o tempo das aulas/sessões.

7.2) ALTERAÇÕES NO FUNCIONAMENTO DAS SESSÕES

- Todas as aulas/sessões vão decorrer no picadeiro interior, salvo se o professor/técnico decidirem fazer a aula/sessão no picadeiro exterior.
- Só poderão assistir às aulas/sessões em picadeiro fechado um acompanhante por aluno /utente, respeitando as regras de distanciamento social e uso de máscara.
- Antes de iniciarem as aulas/sessões, os alunos/utentes têm obrigatoriamente que em conjunto com os professores e equipa técnica, desinfetarem as mãos. No final da sessão é obrigatória nova desinfeção antes de serem entregues aos acompanhantes.
- Os acompanhantes que aguardarem no exterior ou no espaço envolvente deverão manter as regras de distanciamento social.
- A duração das aulas/sessões de 45min, passam a ser ligeiramente reduzidas para desinfeção de materiais, equipa e cavalos. Asseguramos a duração de 30 min a cavalo/pónei, ficando apenas o maneio reduzido.

- Nas aulas de duração de 25 min, o maneio deixa de fazer parte da aula. O tempo ocupado pelo maneio passa a ser utilizado para desinfeção de materiais e alunos.

7.3) OBRIGATORIEDADE DE UTILIZAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS DE PROTECÇÃO INDIVIDUAL (EPI) PELA EQUIPA DO PONY CLUB DO PORTO, ALUNOS/UTENTES E ACOMPANHANTES

- Todos os alunos/utentes e acompanhantes deverão utilizar máscara no momento em que chegarem ao Pony Club e durante as aulas/sessões e sempre que a distância mínima de segurança de 2 metros não for possível de garantir.
- Todos os alunos/utentes devem utilizar o seu próprio toque, de forma a não haver partilha de equipamentos. Caso os alunos/utentes não tenham toque próprio, devem trazer uma touca para utilização individual, e assim utilizarem um toque da instituição.
- É obrigatório a utilização dos equipamentos de proteção individual (EPI) pela equipa do Pony Club nas zonas indicadas no quadro abaixo.

Zona	Equipamento de Proteção	Observações
Picadeiro Interior (decorrer Aulas/Sessões)	Máscara Luvas	Caso o uso do picadeiro seja feito exclusivamente pelo professor para trabalho de cavalos, não é exigido o uso destes EPI
Picadeiros Exteriores	Máscara Luvas	Caso o uso do picadeiro seja feito exclusivamente pelo professor para trabalho de cavalos, não é exigido o uso destes EPI
Pátios das boxes	Máscara	Sempre que não for possível garantir a distância mínima de 2 metros
Área Social (cozinhas, balneários para uso exclusivo dos colaboradores)		Garantir sempre a distância mínima de 2 metros

Área Envolvente		Garantir sempre a distância mínima de 2 metros
-----------------	--	---

- Com a evolução da pandemia poderá ser obrigatória a utilização de equipamentos de proteção individual adicionais;

7.4) VESTUÁRIO

- É obrigatório a troca diária de roupa pela equipa do Pony Club antes de iniciarem as suas atividades.
- É obrigatório usar o equipamento de proteção disponibilizado pelo Pony Club em todas as aulas/sessões, nomeadamente, calçado, farda, máscara, luvas.

7.5) DISTANCIAMENTO FÍSICO

- Todos os colaboradores, alunos/utentes e acompanhantes devem tomar as medidas por forma a manter sempre o distanciamento físico nomeadamente:
 - 1) Qualquer deslocação dentro do espaço do Pony Club;
 - 2) No seu posto de trabalho / Pátios de Boxes / Picadeiros
 - 3) Na utilização dos espaços para as refeições;
 - 4) No acesso aos espaços fechados;
 - 5) Áreas exteriores.
- Estão proibidos apertos de mão ou qualquer tipo de cumprimento com recurso ao toque;
- Estão proibidos ajuntamentos no exterior não respeitando as regras de distanciamento social.

7.6) ETIQUETA RESPIRATÓRIA



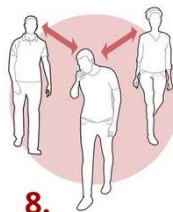
Quando espirrar ou tossir tape a boca e nariz com o cotovelo ou com um lenço de papel que deverá colocar imediatamente no lixo



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool



Proibido o cumprimento com beijos no rosto, aperto de mãos ou abraços



Proibido o contato próximo com pessoas que apresentem infecções respiratórias



Evitar multidões



Proibido sair de casa caso apresente sintomas de gripe

OUTRAS



Limpar com álcool objetos tocados frequentemente

Não partilhar objetos nem comida

Manter os ambientes ventilados

Não conversar próximos uns dos outros

Não tocar com as mãos nos olhos, nariz e boca

7.7) MÁQUINAS DE VENDING

- A máquina de vending estará desativada por tempo indeterminado.

7.8) ACESSO A WC

- Os alunos e acompanhantes devem utilizar os WC do picadeiro da equitação desportiva ou os wc do pátio exterior.
- É proibido o uso de outros wc dentro das instalações.

7.9) SECRETARIA E PAGAMENTOS

- Qualquer assunto relativo a procedimentos administrativos deverá ser tratado preferencialmente por contacto telefónico ou por email.
Em caso de necessidade de atendimento presencial deverá ser agendado previamente para o telefone (926550267)
- Os pagamentos devem ser realizados até ao dia 08 de cada mês, por transferência bancária ou MBWAY, e enviado o comprovativo de pagamento por email (ponyclub@ponyclubdoporto.org) ou sms (926550267).
- Qualquer pagamento que não seja realizado até ao dia 08 de cada mês, confere ao Pony Club o direito de retirar ao aluno/utente o horário em vigor, ficando o horário disponível para outros alunos/utentes em lista de espera e sem horários disponíveis por redução de horários face à pandemia.

7.10) DESINFEÇÃO DOS ESPAÇOS DO PONY CLUB

- Limpeza e desinfeção diária dos WC, balneários, cozinhas por equipa de limpeza;
- Limpeza e desinfeção diária de picadeiros e boxes pelos elementos da equipa Pony Club.

7.11) DESINFEÇÃO DOS CAVALOS, MATERIAIS DE EQUITAÇÃO E MATERIAIS DIDÁTICOS

- É obrigatória a desinfeção de cavalos, materiais de equitação e materiais didáticos antes e depois das aulas/sessões;

7.12) CONTATO COM PESSOAS EXTERNAS AO PONY CLUB

(ALUNOS E UTENTES, FORNECEDORES, TRANSPORTADORES, PRESTADORES DE SERVIÇO)

- Todas as entregas têm de ser previamente agendadas e deverão seguir diretamente para a zona de descarga específica.
- Aconselhamos a utilização de máscara por parte de todas as pessoas externas ao Pony Club ou distanciamento social.

7.13) VISITAS AO ESPAÇO OU REUNIÕES

- Todas visitas ou reuniões deverão ser marcadas previamente.
- Casos excecionais só com autorização da Direção.

8) SALA DE ISOLAMENTO

- O Pony Club tem disponível uma sala de isolamento, no gabinete de reuniões no edifício de madeira, para poder reagir a situações de sintomas de COVID-19;
- Na sala de isolamento estão afixados os principais contactos telefónicos no âmbito da COVID-19, assim como os procedimentos que deve adotar enquanto permanece nesta área;
- Equipamento disponível na Sala de Isolamento:
 - 1) Telefone;
 - 2) Cadeira;
 - 3) Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
 - 4) Contentor de resíduos;
 - 5) Solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
 - 6) Toalhetes de papel;
 - 7) Máscaras adequadas;
 - 8) Luvas descartáveis;
 - 9) Termómetro;
 - 10) Caderno/folhas e caneta.

18) DÚVIDAS/ESCLARECIMENTOS

Para dúvidas ou esclarecimentos adicionais por favor contactar a secretaria por telefone (926550267) ou email (ponyclub@ponyclubdoporto.org).