



Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO

Pavilhão Municipal das Lameiras

Rua Associação de Moradores das Lameiras – Antas,

4760-026 Vila Nova de Famalicão

O Plano de Contingência elaborado tem como principais objetivos reduzir o risco de disseminação da infeção por COVID-19, através da promoção de medidas de Saúde Pública, segundo as normas da DGS.

Consiste num conjunto de medidas que serão aplicadas seguindo as diretrizes da DGS e visa promover a responsabilidade de cada interveniente no **VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO**.

Todos os participantes irão receber e assinar documento formal demonstrando que leram/tomaram conhecimento da norma 036 /2020 de 25-08-2020 da DGS sobre Desporto e Competições, onde a epidemiologia da doença SARS/CoV-2, COVID-19 é explicada neste contexto.

As eventuais situações não previstas neste plano ou outra orientação, devem ser avaliadas caso a caso, e será consultada a Linha de Saúde 24 ou a Autoridade de Saúde Local, se indicado.

Prevenção da infeção

Para melhor compreender as medidas deste plano, reproduzimos 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:



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMILICÃO

Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)

Famalicão, 25 de julho a 31 de julho de 2021

- Por gotículas respiratórias (partículas superiores a 5 micra);
- Pelo contacto direto com secreções respiratórias infecciosas, com fezes ou com superfícies;
- 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.

Consequentemente, é obrigatório para todos os participantes nesta iniciativa, em sede de cumprimento das normas da Direção Geral da Saúde:

1. Devem verificar-se pelo menos uma das seguintes condições:

- Apresentação de um certificado válido de vacinação antiCovid, completada há mais de 14 dias

OU

- Apresentação de um teste PCR efetuado até 72 horas antes das 9 horas do dia 26 de julho de 2021.

OU

- Apresentação de um teste rápido certificado por um profissional de saúde efetuado até 48 horas antes das 9 horas do dia 26 de julho de 2021.

2. Um teste de antigénio (teste rápido) referida no número anterior poderá ser realizada no Pavilhão Municipal das Lameiras, entre as 7:30 e as 9 horas do dia 26 de julho, pelo custo de 10 euros, sendo necessário uma marcação prévia, até dia 24 de julho através do **link: <https://forms.gle/i3VMY9WWMgTpsQkdA>**



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMILICÃO

Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)

Famalicão, 25 de julho a 31 de julho de 2021

3. Preencher o inquérito (Anexo VIII) que assegure a não existência de sintomas compatíveis com COVID-19, no próprio dia (26 de Julho) e nos 3 dias prévios; se existirem, deve ter sido feito teste de PCR para exclusão de infeção ativa.
4. O contacto com um caso confirmado de COVID-19 nos 14 dias anteriores ao evento exclui o participante da competição exceto se tiver sido realizado teste de PCR/ Antígeno com resultado negativo após esses contactos de risco;
5. As crianças com menos de 12 anos estão dispensadas de apresentar teste na ausência de sintomas e de contacto de risco.
6. Cumprir rigorosamente o plano de contingência definido pela organização do torneio;
7. Cumprir os horários de início e de fim do evento;
8. Utilizar máscara no acesso e dentro do espaço;
9. Higienizar as mãos à entrada e à saída do espaço, com solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
10. Não partilhar objetos nem comida;
11. Manter o distanciamento físico e cumprir as regras da etiqueta respiratória;
12. Frequentar apenas os espaços/zonas a si adstritos;
13. Contactar imediatamente um elemento do *staff*, se tiverem febre, tosse ou dificuldade respiratória;



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO

Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)

Famalicão, 25 de julho a 31 de julho de 2021

14. Lavar frequentemente as mãos com água e sabão durante a permanência no evento;
15. No interior do Pavilhão Municipal das Lameiras, utilizar os circuitos de entrada e saída dos espaços que foram definidos para cada grupo de pessoas, de acordo com as orientações recebidas.

Procedimentos organizacionais e de acesso

1. Na entrada será preenchido um documento de registo dos presentes (nome, email e contacto telefónico – Anexo IX), com local, data e horas (entrada e saída), para fornecer posteriormente, se solicitado, à Autoridade de Saúde, para efeitos de apoio a inquérito epidemiológico.
2. A todos os participantes e staff envolvidos na organização deste evento será realizada medição da temperatura com termómetro digital.

Área de Isolamento

Segundo a Norma da DGS o **VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO** estabeleceu uma área de isolamento, devidamente sinalizada, para colocação de um participante ou membro do *staff* suspeito de infeção por COVID-19. Esta medida visa impedir a disseminação desta doença transmissível entre todos os intervenientes.

Esta área está equipada com: telefone/telemóvel; cadeira (ou marquesa para descanso e conforto do 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. A Área de Isolamento tem casa de banho privada e esta ficará vedada a todos os intervenientes durante o decorrer do evento. A instalação sanitária está equipada com meios individuais de lavagem e secagem das mãos.



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMILIÇÃO

Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)

Famalicão, 25 de julho a 31 de julho de 2021

Todos os colaboradores estão informados sobre a localização da Área de Isolamento. Existe uma segunda sala de isolamento de prevenção caso a primeira estiver indisponível.

Os responsáveis pela coordenação do plano são:

- Coordenador principal:

Mário Oliveira (telemóvel 933285684). Apoio: Luis Teixeira (telemóvel 918523932).

- Segundo responsável/coordenador:

Carlos Dias (telemóvel 925835361).

O total do *staff* organizador é de 10 elementos e está previsto a participação de 142 atletas que estarão dispostos segundo a planta da sala previamente definida (anexo VI). A limpeza das instalações sanitárias será tratada pelos profissionais do Pavilhão Municipal das Lameiras, de 2 em 2 horas.

Os participantes estão informados de quem são os responsáveis.

Todos os participantes devem reportar ao responsável qualquer situação de doença. Sempre que for reportada uma situação de doença o responsável deverá assegurar o cumprimento dos procedimentos estabelecidos neste Plano de Contingência.

O responsável será o elemento que acompanhará o caso suspeito até à Área de Isolamento designada, prestará o apoio necessário e desencadeará os contactos estabelecidos no Plano de Contingência. Serão cumpridos os procedimentos seguintes:

- a) Uma vez na área de isolamento, o caso suspeito deve contactar a Linha Saúde 24 (**808 24 24 24**);
- b) O acesso dos outros participantes ou elementos do *staff* à área de isolamento fica interdito (exceto ao responsável);
- c) O caso suspeito permanecerá na área de isolamento (com máscara cirúrgica), seguindo as orientações da linha Saúde 24 (**808 242 424**);
- d) Será informada a autoridade de saúde local se isso for indicado.



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO

Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)

Famalicão, 25 de julho a 31 de julho de 2021

Na **Área de Isolamento** o responsável irá:

- a) Contactar a Proteção Civil/Corporação de Bombeiros para desinfeção da sala de isolamento, por estes organismos terem adequada preparação técnica para o efeito e serem mais rápidos e eficazes.
- b) Dar especial atenção à limpeza e desinfeção dos espaços e equipamentos utilizados pelo caso;
- c) Ativar a segunda sala de isolamento para a eventual necessidade.

A organização do **VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO**, face a uma suspeita de doença COVID- 19, fornecerá à Autoridade de Saúde Local toda a informação sobre os contactos do caso em questão, assim como a determinação de temperatura efetuada à entrada e saída do recinto efetuadas.

Outras Medidas de Prevenção

- a) A organização do **VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO** apela para que todos os participantes/*staff*, se assegurem de que nenhum elemento da sua família/habitação/equipa, se encontrem infetados ou apresentem sintomatologia suspeita, antes da sua deslocação para o recinto do evento. Caso isso se verifique não devem comparecer no evento.
- b) O atleta com sintomas ou ligação epidemiológica deve de imediato entrar em contacto com o coordenador do plano de contingência.
- c) O atleta que identifique um colega com sintomatologia suspeita deve também comunicar a situação ao referido coordenador ou outro responsável.
- d) A organização do **VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO** irá reforçar as medidas habituais em termos de identificação e atuação nos casos de atletas que apresentem sintomas que possam ser indiciadores de infeção vírica, não permitindo a sua participação, pelo que irá determinar a temperatura corporal à entrada e saída do recinto.
- e) Todos os participantes do **VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMALICÃO** devem ter conhecimento das medidas a adotar para a diminuição da



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMILICÃO

Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)

Famalicão, 25 de julho a 31 de julho de 2021

transmissão da COVID 19, nomeadamente: Lavagem correta das mãos (Anexo II); Cumprimento das regras de etiqueta respiratória (Anexo III); Colocação e remoção de máscaras de proteção (Anexo IV); Distanciamento social (Anexo V); ler a Norma 36/2020 da DGS e publicada no *site* da Federação Portuguesa de Xadrez, e que será enviada a todos os intervenientes.

f) Garantir o uso obrigatório por todos de máscara de proteção. Sendo recomendado o uso de máscaras segundo esta ordem: FFP2, KN95 e máscaras cirúrgicas. Desaconselha-se o uso de máscaras “comunitárias”.

g) Admite-se o uso acessório de viseira.

h) Afixar, de forma acessível a todos, informação sobre: a lavagem correta das mãos (Anexo II), as regras de etiqueta respiratória (Anexo III), a colocação e remoção de máscaras de proteção (Anexo IV) e planta/localização da zona de contingência (anexo VI).

i) Providenciar a colocação de dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica ou solução à base de álcool, junto às entradas, casas de banho e mesas de jogo.

j) Os utilizadores devem desinfetar as mãos à entrada e saída das instalações, e durante o decorrer da partida.

k) Os participantes têm circuitos definidos na sua circulação dentro do recinto, com marcação no piso, privilegiando a sua circulação num só sentido, evitando assim o cruzamento de pessoas.

l) Limitar o acesso apenas ao *staff* organizador e aos atletas.

m) Por nenhuma razão será permitida a presença de público/espectadores no recinto de jogo e na bancada.

n) Não é permitido o contacto físico entre atletas e ou *staff*/organizador. Também não é permitido falar. O xadrez pratica-se em absoluto silêncio.

o) A organização tem um registo, autorizado, dos atletas com o nome e contacto telefónico para efeitos de eventual vigilância epidemiológica.

p) As mesas, peças, tabuleiros, relógios e cadeiras são desinfetadas entre cada sessão. Os atletas podem utilizar luvas descartáveis de latex se o entenderem.



VIII TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE FAMILIÇÃO

Plano de Contingência Coronavírus COVID-19 (SARS-CoV-2)

Famalicão, 25 de julho a 31 de julho de 2021

- q)** As medidas de distanciamento físico serão privilegiadas. Os árbitros, durante o decorrer das partidas, encontram-se numa extremidade lateral do recinto, só se deslocando às mesas a pedido dos jogadores e quando terminem as partidas.
- r)** É promovida o arejamento do espaço através da ventilação das janelas e da abertura de um portão permanente.
- s)** Serão limpos e desinfetados todos os espaços, materiais e equipamentos utilizados, nos intervalos de cada sessão. As casas de banho serão higienizadas de 2 em 2 horas por pessoa qualificada para o efeito.
- t)** Sensibilizar os atletas/*staff* para o cumprimento do Plano de Contingência e das orientações atualizadas e emanadas pela DGS.

Este plano vai ser divulgado através de *e-mail* dirigido a todos os participantes e também estará afixado, disponível no recinto e no sítio oficial www.ticf.webnode.pt. Todos terão de assinar documento confirmando que tomaram conhecimento deste Plano de Contingência, da Norma 36/2020 da DGS e preencher o Termo de Responsabilidade que a Norma exige.

Segue-se a listagem de anexos que serão afixados para promover as normas da DGS.

Anexos

- **Anexos I.a , I.b** – Sinaléticas
- **Anexo II** - Instrução de lavagem de mãos
- **Anexo III** – Medidas de etiqueta respiratória
- **Anexo IV** - Procedimento para a colocação da máscara
- **Anexo V** – Distanciamento social
- **Anexo VI** – Planta do local
- **Anexo VII** - Termo de responsabilidade
- **Anexo VIII** – Inquérito
- **Anexo IX** – Registo de presenças

Vila Nova de Famalicão, 15 de julho de 2021

Organização VIII TICF



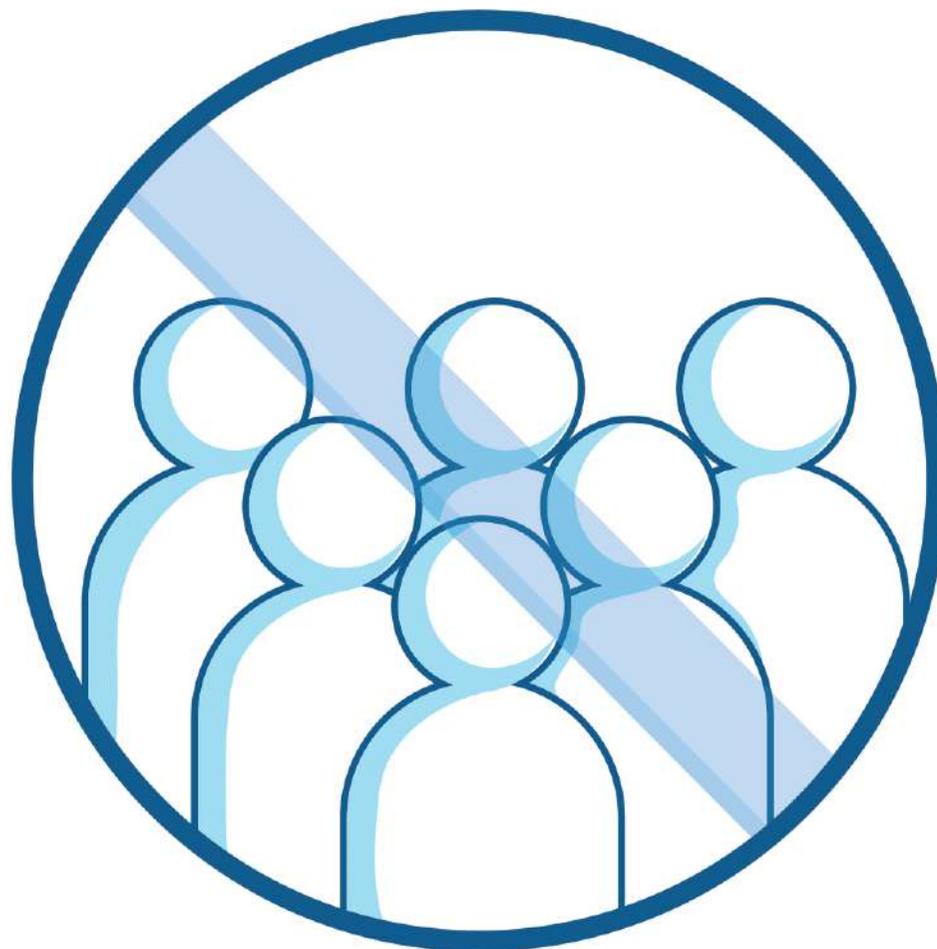
PERIGO

Zona de Isolamento COVID-19



Uso de Máscara obrigatório





Proibido Ajuntamentos





Lavar as Mãos





ACESSO EXCLUSIVO

JOGADORES STAFF

RESPEITA AS REGRAS
DE DISTANCIAMENTO SOCIAL

← 2 METROS →





Acreditação





STOP COVID-19

Sala de Isolamento





Medição de temperatura





Proibido cumprimento





Lixo





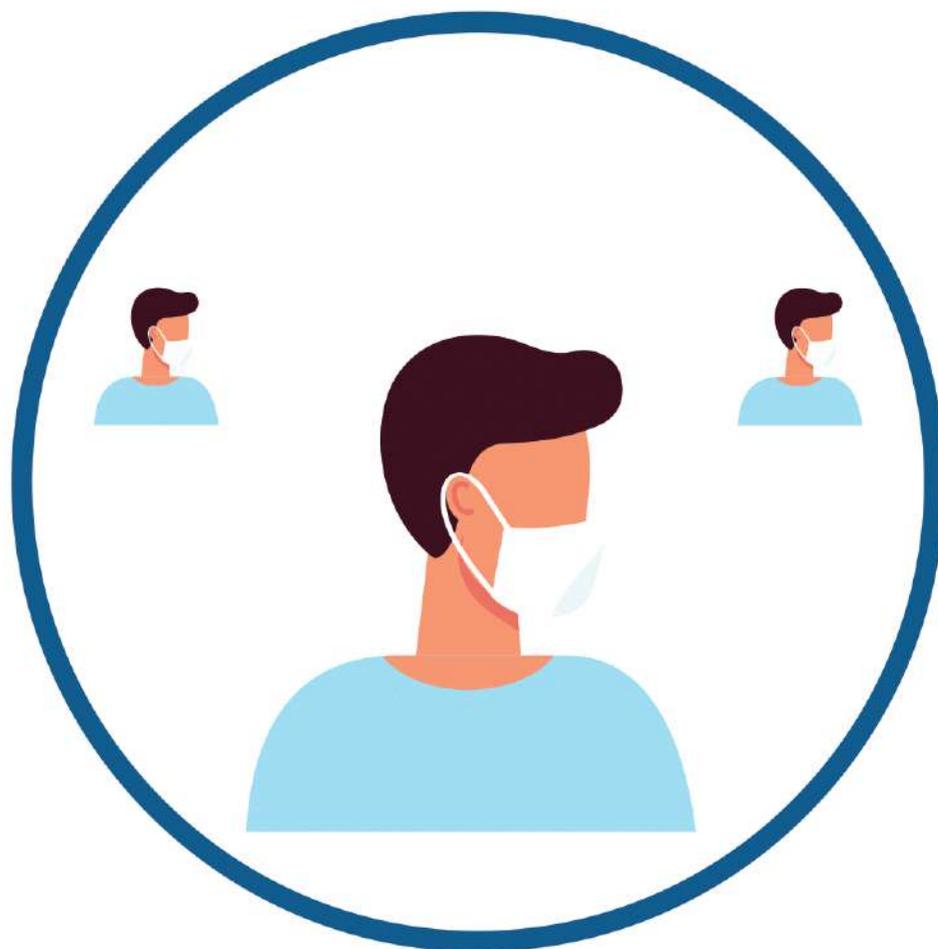
Gel desinfetante





Proibido Comer





Distância de Segurança





NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: **20 segundos**



Molhe as mãos



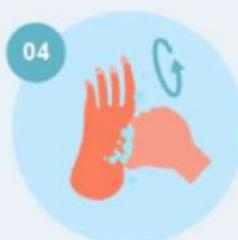
Aplique sabão suficiente para cobrir
todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos,
uma na outra



Palma com palma
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



Esfregue o pulso esquerdo com a
mão direita e vice versa



Enxague as mãos
com água



Seque as mãos
com um toalhete
descartável

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS (com uma solução à base de álcool)



Duração total do procedimento: **20 segundos**



01
Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies



02
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



03
Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



04
Palma com palma com os dedos entrelaçados



05
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



06
Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA

Partilhe Informação e boas práticas sobre o COVID-19



COVID-19

Medidas de etiqueta respiratória



Quando tossir, **proteger o nariz e a boca com um lenço ou com o antebraço**. Deitar o lenço de papel no lixo e lavar mãos de seguida.



Lavar frequentemente as mãos com água e sabão ou solução à base de álcool.



Evitar o contacto físico com pessoas com infeção respiratória.

Em caso de dúvida ligue

 **SNS 24 808 24 24 24**



COVID-19

Máscara



Lave as mãos antes
de tocar na máscara



Confirme o bom
estado da máscara



A parte de cima é a
que tem a peça
metálica



O lado mais colorido
fica para fora



Ajuste a peça
metálica ao seu
nariz



Cubra boca, nariz e
queixo



Ajuste a máscara ao
rostro evitando
buracos de lado



Evite tocar na
máscara durante
utilização



Remova a máscara
apenas pelos
elásticos



Afaste a máscara de
si e de superfícies
depois de retirada



Descarte a máscara
num contentor de
resíduos



Lave as mãos após
retirada de máscara

Recorde-se que a máscara sozinha não protege da COVID-19. Mantenha pelo menos 1 metro de distância dos outros e lave frequentemente as mãos, mesmo durante a utilização da máscara.

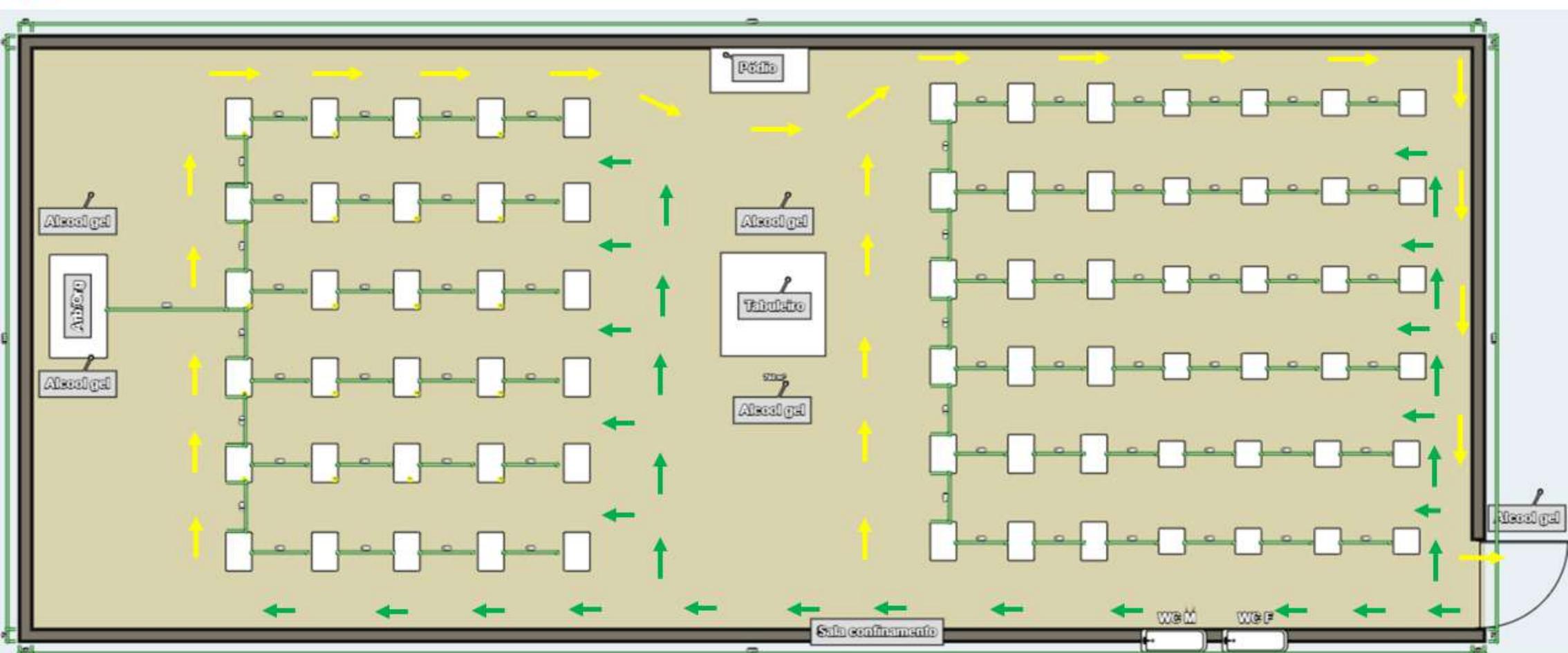


COVID-19

RESPEITE AS REGRAS DO DISTANCIAMENTO SOCIAL

← 2 metros →

Proteja-se a si e aos outros.



- Saída dos jogos
- ← Entrada para os jogos





TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, _____, portador do documento de identificação n.º _____, agente desportivo federado da modalidade de _____ no clube _____, declaro por minha honra, que:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
3. Monitorizarei os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
4. Informarei o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;
5. Aceito submeter-me a todos os testes e exames laboratoriais determinados pela equipa médica do meu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;
6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.

___ de _____ de 202__

Assinatura: _____

Assinatura do Encarregado de Educação (no caso de agentes desportivos menores de idade):





Inquérito

Nome completo do(a) Atleta: _____

Data de nascimento: ___/___/___

1. Apresenta algum sintoma compatível com COVID-19?

Sim

Não

2. Nos três últimos dias, teve algum sintoma compatível com COVID-19?

Sim

Não

3. Esteve em contacto com algum caso com COVID-19, nos últimos 14 dias?

Sim

Não

Vila Nova de Famalicão, _____ de 2021

Assinatura do(a) Atleta



