

PLANO DE TRABALHO

PARA RETOMADA DAS ATIVIDADES ESPORTIVAS EM TEMPOS DE PANDEMIA

Considerando os cuidados recomendados pelo Ministério da Saúde, disponíveis no site oficial - <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#como-se-proteger>, a saber:

Como se Proteger

As recomendações de prevenção à COVID-19 são as seguintes:

- Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize com álcool em gel 70%.
- Ao tossir ou espirrar, cubra nariz e boca com lenço ou com o braço, e não com as mãos.
- Evite tocar olhos, nariz e boca com as mãos não lavadas.
- Ao tocar, lave sempre as mãos como já indicado.
- Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa tossindo ou espirrando.
- Evite abraços, beijos e apertos de mãos. Adote um comportamento amigável sem contato físico, mas sempre com um sorriso no rosto.
- Higienize com frequência o celular e os brinquedos das crianças.
- Não compartilhe objetos de uso pessoal, como talheres, toalhas, pratos e copos.
- Mantenha os ambientes limpos e bem ventilados.
- Evite circulação desnecessária nas ruas, estádios, teatros, shoppings, shows, cinemas e igrejas. Se puder, fique em casa.
- Se estiver doente, evite contato físico com outras pessoas, principalmente idosos e doentes crônicos, e fique em casa até melhorar.
- Durma bem e tenha uma alimentação saudável.
- Utilize máscaras caseiras ou artesanais feitas de tecido em situações de saída de sua residência.

Considerando que algumas atividades da ACER se assemelham às ofertadas em unidades de ensino, e que o governo do estado de São Paulo já fez algumas considerações para a retomada das atividades para o atendimento de crianças e jovens conforme apontado no site oficial - <https://www.saopaulo.sp.gov.br/ultimas-noticias/governo-do-estado-apresenta-informacoes-sobre-o-combate-ao-coronavirus-4/>

Protocolos de Segurança

As escolas vão obedecer a rígidos protocolos de segurança para a reabertura. Entre eles, está o distanciamento de 1,5 m entre as pessoas, inclusive na sala de aula, com exceção da educação infantil; recreios e intervalos com revezamento das turmas em horários alternados;



DESENVOLVIMENTO HUMANO E COMUNITÁRIO

horários de entrada e saída escalonados para evitar aglomerações; veto a feiras, palestras, seminários e competições esportivas.

Medidas específicas de higiene pessoal também devem ser adotadas nas escolas, como distribuição de EPIs (Equipamentos de Proteção Individual) para professores e funcionários, uso obrigatório de máscara nas instituições de ensino e no transporte escolar, fornecimento de água potável em recipientes individuais e higienização frequente das mãos com água e sabão ou álcool em gel.

Apresentação do plano de retomada das aulas presenciais: saopaulo.sp.gov.br/wp-content/uploads/2020/06/Apresentacao_plano-retorno-educacao.pdf.

Protocolos de segurança para a reabertura das escolas em São Paulo: saopaulo.sp.gov.br/wp-content/uploads/2020/06/protocolo-setorial-educacao-etapa-1.pdf saopaulo.sp.gov.br/wp-content/uploads/2020/06/protocolo-setorial-educacao-etapa-2.pdf.

Considerando que há necessidade de medidas práticas e, visando à garantia da equipe de atuação para a retomada das ações na sede da ACER, visando garantia de saúde e da segurança de trabalho:

Considerando o bem maior e a razão de existir da ACER Brasil que leva em conta a proteção e o desenvolvimento de crianças e adolescentes em consonância com a proposta e o direcionamento de ações descrito na Política de Proteção à Criança e ao Adolescente.

Se faz necessário elaborar um plano de reinício das atividades pensando na importância das atividades da vida comunitária e o que se quer oferecer de condições adequadas que salvaguardem a vida e a dignidade do público atendido e das pessoas envolvidas nos cuidados, para tal três eixos deve ser analisados:

. **Adequação no ambiente de trabalho**, que trata de desinfecção e limpeza; sinalização e adequação de layouts em ambientes de uso coletivo para manter o distanciamento; medidas administrativas; comunicação, treinamento e orientações;

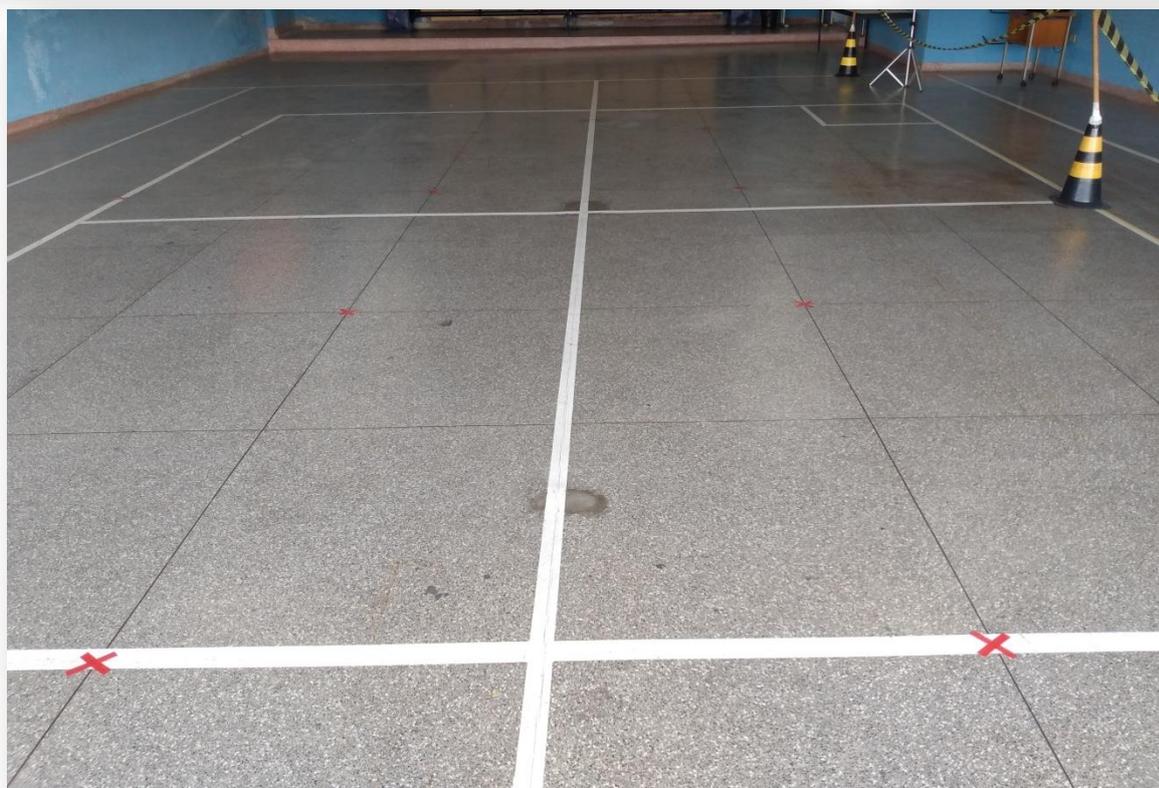
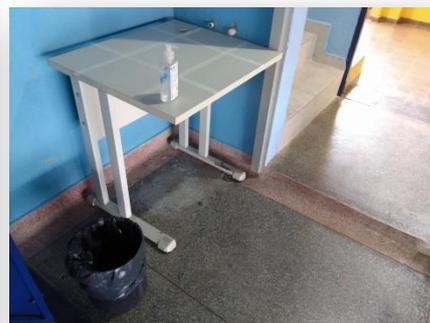
. **Novas rotinas de trabalho em tempos de COVID-19**, que orienta sobre uso de máscara ou outro tipo de proteção facial; higienização pessoal; alterações emocionais e saúde mental; e mudança do horário dos turnos ou redução de jornada, para atender as necessidades de distanciamento social;

. **Ciclo de cuidado com as pessoas**, que orienta sobre imunização dos trabalhadores para outras doenças como sarampo e influenza; monitoramento da saúde dos trabalhadores assintomáticos; manejo para identificação de casos suspeitos; acompanhamento do retorno ao trabalho de infectados recuperados; e exames diagnósticos.

A proposta inicial é que a retomada segura seja considerada para as atividades de: rugby, karatê, condicionamento físico individual e capoeira.

Os espaços disponíveis para as atividades e que podem ser adequados para o uso são: Teatro e Sala de Dança, visto que oferecem possibilidade de distanciamento.

De acordo com a metragem do Teatro é possível comportar até 17 pessoas respeitando o espaçamento de 2 metros, conforme fotos abaixo:





Já a Sala de Dança, comporta até 09 pessoas por atividade com o distanciamento de 02 metros, conforme fotos abaixo:



Em relação às questões sanitárias, a Política de Proteção à Criança e ao Adolescente da ACER Brasil já aponta diretrizes claras e objetivas para higienização de locais de atividades:

Sobre Materiais de Uso Esportivo

Os materiais de uso esportivo devem ser vistos com muito cuidado no que tange à possibilidade de contágio, pelo grande volume de utilização nas atividades, por isso a ACER Brasil pensou em um conjunto de ações que podem minimizar os riscos e atuar na prevenção e melhor utilização dos equipamentos pelas crianças.

Cabe aos Profissionais Manter

✓ **Armários organizados**

Durante e após a aula, cada equipamento requer uma atenção específica.

✓ **Bolas**

Sugestões de uso: Esportes como rugby, futebol, vôlei e basquete e brincadeiras como a queimada.

Manutenção: Calibre-as regularmente com uma bomba de ar para evitar que fiquem murchas - os gomos podem descolar - e guarde-as em locais secos e ventilados. Passar pano úmido com álcool ou água clorada desinfetante depois outro seco após o uso de modo que fique higienizado para a próxima atividade.

Sugestão: disponibilizar álcool em gel e líquido para os jovens durante as atividades e o coordenador/responsável deve lembrar aos mesmos de higienizar as mãos antes e após cada atividade.

✓ **Colchonetes**

Sugestões de uso: Circuitos para reflexão sobre o corpo e os movimentos, alongamento e relaxamento.

Manutenção: Higienize-os com álcool e guarde-os empilhados em locais limpos e secos para não molhar ou embolorar. Cuidado ao dobrá-los. Há risco de estragar a espuma. Os colchonetes deverão ser higienizados também antes do uso em cada atividade.

✓ **Corda e bambolê**

Sugestões de uso: Como acessórios para inúmeras brincadeiras e para coreografias de ginástaticarítmica.

Manutenção: Conserve-os em locais secos e arejados, já que o bambolê pode entortar e desbotar e a corda embolorar; depois de cada uso devem ser higienizados com álcool ou água clorada.

✓ **Coletes**

Sugestões de uso: Jogos com disputa entre times, para diferenciar os integrantes de cada equipe.

Manutenção: Lave-os após cada uso, assegurando a higiene e impedindo o mau cheiro. Nunca deve usar um conjunto de coletes para mais que um grupo de crianças.

Para a retomada de atividades este Conselho Gestor sugere:

Quanto aos Funcionários

- Que estejam gozando de boa saúde, sem confirmação de quadro de COVID-19;
- Que utilizem ininterruptamente os paramentos obrigatórios conforme apontam as diretrizes do Ministério da Saúde: máscara, luvas, protetora facial e higienização das mãos;
- Que cuidem da imunidade com o apoio da instituição por meio de reforço vitamínico;
- Em caso de suspeita e confirmação da doença, que permaneçam afastados após atestada a situação por meio clínico. Devem procurar um centro de saúde caso tenham o mínimo sintoma para não por em risco outros colegas ou mesmo os jovens.

Quanto às Pessoas que Frequentam as Atividades

- Que sejam informadas e respeitem as regras necessárias no contexto atual, conforme material informativo a ser distribuído por meio impresso em visitas, via WhatsApp para as famílias e anexados em lugares estratégicos, como escada de entrada, saída e nos espaços em que ocorrerão as atividades;
- Que façam uso de máscara;
- Que respeitem o distanciamento demarcado nas atividades;
- Que façam uso das luvas fornecidas na entrada para entrar e sair da instituição para questões de segurança ao subir e descer escadas apoiando-se no corrimão;
- Que tenham cadastro na ACER Brasil;
- Que venham paramentadas para as atividades, no caso de atividades de esportes e capoeira;
- Que tragam de suas casas garrafas com água para uso pessoal;
- Que cheguem no horário e não circulem pelas dependências da ACER Brasil;
- Que respeitem a não permanência dentro do espaço após término das atividades.

Não será Permitido

- Acompanhantes nas dependências da ACER Brasil;
- Uso de bebedores;
- Circulação em outros espaços;
- Inserção de novos participantes;
- Número de participantes maior do que os permitidos nos espaços, já previamente estudados de acordo com a questão do distanciamento social;
- Compartilhamento de garrafas de água. Cada participante deverá trazer sua garrafa com água de casa;
- Nos espaços haverá circulação de funcionários (Andressa e Kelly) para garantir a obediência aos procedimentos;

- Em caso de não cumprimento das regras, será solicitado que a pessoa saia do espaço comum da atividade para evitar risco de contágio e será realizado contato com os responsáveis. O registro de uma ação como essa já é garantido na Política de Proteção à Criança, quando diz que nenhuma criança ou adolescente será exposta a situação de risco. O registro se dá através do preenchimento do anexo 04.

Dos Espaços de Atividades

- As atividades deverão ter um espaço de 30 minutos entre uma e outra para a higienização devida;
- Indicamos que a entrada das pessoas seja realizada pelo portão ao lado da cozinha, com marcações na calçada respeitando o espaço de distanciamento das pessoas e que a saída seja feita pelo portão verde ao lado da recepção para evitar trânsito em mais locais, para facilitar o controle de temperatura e uso de luvas e porque não haverá em um primeiro momento atividades concomitantes em termos de entrada e saída de pessoas;
- Os espaços serão demarcados com fita quanto ao seu uso, isso inclui escada e salas;
- Os banheiros serão restritos quanto ao uso e será orientado que seja utilizado em caso de extrema necessidade;
- Para entrada das pessoas no espaço comunitário da ACER Brasil, será utilizado termômetro para a medição de temperatura e entregue par de luvas para que acessem o espaço de atividade. Na saída as pessoas deverão colocar novamente as luvas e descartá-las em cesto de lixo na porta na instituição; as luvas são para evitar o contato das mãos com os corrimãos visto que estes no espaço da ACER Brasil são locais de possível contaminação e que por uma questão de segurança no trânsito das pessoas, deve ser mantido seu uso;
- As atividades não poderão exceder mais que 01 hora sem que haja higienização do espaço;
- Não há para o primeiro momento, duas atividades com entrada de pessoas circulando pelos mesmos espaços.

Serão Utilizados para as Atividades

- Internamente:
Teatro
Sala de Dança



Os profissionais irão utilizar os escritórios da administração e deverão estar verificando os espaços e a obediência às regras. As demais salas permanecerão interditadas.

Das Atividades

Antes do início das atividades serão realizadas visitas e contato com as crianças, adolescentes e participantes para informar do retorno e das regras de participação em tempos de COVID-19, respeitando as recomendações do Ministério da Saúde.

Serão distribuídos mensagens no WhatsApp, dizendo do uso obrigatório de máscaras, do respeito aos horários de atividades, do não compartilhamento de garrafas com água, restrição ao uso de banheiros e utilização de luvas, bem como dias e horários das atividades.

- Os participantes esperarão do lado de fora da instituição em faixas demarcadas no chão respeitando o espaçamento;
- O portão de entrada será o localizado ao lado esquerdo da instituição (sentido de quem desce a rua), onde fica a escada de acesso para a casa de voluntários;
- O portão será aberto cinco minutos antes do horário da atividade e fechado cinco minutos depois, para evitar circulação de pessoas;
- Andressa ou Kelly serão responsáveis por aferição de temperatura e caso, após a verificação, a pessoa estiver com temperatura acima de 37.8°, não poderá adentrar na instituição e após o prévio contato telefônico com o responsável deverá voltar para casa;
- Após aferida temperatura, segue com higienização de álcool nas mãos;
- O participante receberá um par de luvas e será orientado a vesti-las na entrada e saída, para que possa segurar no corrimão ao subir e descer as escadas, com proteção do toque nas barras;
- O participante deverá dirigir-se à sala da atividade, onde serão recebidos pelo líder, professor, profissional e posicionar-se nas marcações já estabelecidas no chão;
- O professor a cada atividade reforçará o distanciamento, o uso de máscara, o não compartilhamento de garrafa com água e a utilização dos banheiros somente em caso de extrema necessidade;
- As atividades terão duração de 1 hora;
- Ao termino da atividade os participantes, deverão colocar as luvas e sairão das salas aos poucos para respeitar o distanciamento nas escadas. Esse controle da sala deve ser realizado pelo professor da atividade;
- A saída será feita pelo portão verde ao lado da recepção;
- Na saída, as luvas serão descartadas no lixo. Esse controle será realizado por Kelly ou Andressa;
- Os espaços serão higienizados com água clorada e álcool e preparados para as novas turmas;

- Os horários de entrada e saída das atividades respeitam 30 minutos de diferença entre a entrada ou saída de uma turma para outra.

Rugby e Condicionamento Físico:

Conforme se apresenta no quadro de utilização de espaços ambas as atividades acontecerão no Teatro com 17 alunos e na Sala de Dança com 09 alunos para atender maior demanda de participantes em horários pré-determinados, com espaço entre eles para higienização e preparo para recebimento de nova turma.

Os espaços de permanência dos alunos estão demarcados no chão com distanciamento de 02 metros de distância entre um participante e outro.

Entre o final de uma atividade e início de outra o espaço será higienizado com água clorada e os materiais igualmente limpos conforme já apontado acima pelos professores e profissionais disponíveis.

Em caso de utilização de banheiros, os participantes descerão um a um e utilizarão os banheiros do vestiário.

Karatê e Capoeira:

As aulas de karatê e capoeira serão realizadas no teatro, para 17 alunos cada turma;

O espaço de permanência dos alunos está demarcado no chão com distanciamento de 02 metros de distância entre um participante e outro.

Entre o final de uma atividade e início de outra o espaço será higienizado com água clorada e os materiais igualmente limpos conforme já apontado acima pelo professor.

Em caso de utilização de banheiros, os participantes descerão um a um e utilizarão os banheiros do vestiário.

Documento elaborado pelo Conselho Gestor da ACER Brasil.

Diadema, 27 de julho de 2020.