

2020 | 2021



## Plano de Contingência – SARS-CoV-2/COVID-19

Escola Básica do 1º Ciclo com Pré-Escolar Visconde Cacongo

**Morada** Estrada Visconde Cacongo, 31

**Santa Maria Maior**

**9060-007 Funchal**

**Madeira**

**Código da Escola** 3103108

**Telefone** 291 146 015

**Site** <http://escolas.madeira-edu.pt/Default.aspx?alias=escolas.madeira-edu.pt/eb1pevcacongo>

**Correio eletrónico** [eb1pevcacongo@edu.madeira.gov.pt](mailto:eb1pevcacongo@edu.madeira.gov.pt)

DELEGAÇÃO ESCOLAR DO MUNÍCIPIO DO FUNCHAL  
**EB1/PE VISCONDE CACONGO**  
SANTA MARIA MAIOR

## Índice

Introdução.....	2
Informações Gerais.....	3
Plano de Contingência .....	4
1 - Identificação do Coordenador e Equipa Operativa .....	4
2 - Definição da Cadeia de Comando e Controlo.....	4
3 - Identificação das Atividades Essenciais e Prioritárias.....	5
4 - Identificação das Medidas de Manutenção da Atividade em Situação de Crise.....	6
5 - Medidas de Prevenção e Controlo do SARS-CoV-2 .....	6
5.1. Informação e Capacitação .....	6
5.2. Medidas de acompanhamento dos alunos nos espaços comuns.....	6
5.3. Medidas de Higiene do Ambiente.....	7
5.4. Medidas de Isolamento e Distanciamento Social .....	7
6. Atuação para possíveis casos de infeção por SARS-CoV-2 .....	10
7. Horários de intervalos e uso dos espaços comuns .....	11
Plano de Comunicação .....	13
Colaboração dos Encarregados de Educação.....	13
Formação .....	13
Divulgação do Plano de Contingência .....	14
Avaliação.....	14
ANEXOS.....	15

## Introdução

Este Plano de Contingência, implementado na EB1/PE Visconde Cacongo e a sua atualização/especificação ao Plano de Contingência e Ação para Prevenção da Transmissão da Doença COVID-19, teve em consideração a realidade da escola e será adaptado em cumprimento das orientações oficiais da Direção-Geral de Saúde (DGS) e do Instituto de Administração da Saúde (IASAÚDE), entretanto emanadas, que permitam a preparação e adequação de uma resposta adequada por parte da escola.

O presente Plano foi revisto e atualizado, dadas as novas recomendações por parte das autoridades competentes, podendo ser alvo de ajustes conforme orientações provenientes da DGS, IASAUDE ou outra entidade competente.

**TEM COMO FINALIDADE:** Minimizar o risco de contágio, centrando-se nas questões operacionais a acautelar, de forma a proteger a saúde das crianças/alunos, docentes, trabalhadores não docentes e encarregados de educação, assegurando tanto quanto possível a continuidade da atividade escolar. As recomendações e os procedimentos, estabelecidos no Plano de Contingência para a COVID-19, serão divulgados à comunidade escolar através dos meios mais adequados, nomeadamente: email, site oficial, Facebook e painéis informativos nos dois edifícios.

**PÚBLICO – ALVO:** População docente, não docente, discentes e familiares da comunidade escolar desta escola.

## Informações Gerais

### **MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO SARS-COV-2/Covid19**

As medidas gerais que qualquer pessoa deve seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios são as seguintes:

- Manter um distanciamento de cerca de 2 metros de outras pessoas;
- Utilizar máscara comunitária em todos os espaços fechados e/ ou quando não é possível manter o distanciamento social recomendado (2m);
- As máscaras são obrigatórias para todos com idade igual ou superior a **6 anos** (Resolução 623/2020 10.º e 11.º Art.);
- O docente pode usar uma viseira nos momentos em que tenha de recorrer ao quadro e no formato expositivo, salvaguardando a distância social recomendada;
- Lavar as mãos com frequência (durante cerca de 20-30 segundos) – com sabão e água seguindo os passos das boas práticas de lavagem das mãos (*vide* anexo pág. 20) ou esfregar as mãos com gel alcoólico;
- A lavagem das mãos deve ocorrer em conformidade com as medidas de higiene, nomeadamente: após a ida à casa de banho, antes e depois das refeições, após o recreio ou após o manuseamento de objetos não pessoais;
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável, sempre que for necessário assoar, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos;
- As pessoas que sintam tosse, febre ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para o seu local de trabalho, escolas dos filhos ou estabelecimentos de saúde;
- Deve ser evitado, em qualquer circunstância tocar olhos, nariz e boca;
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória;
- Limpar e desinfetar objetos e superfícies de utilização comum;
- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS 24 Madeira: 800 24 24 20;
- Consultar regularmente informação em [www.dgs.p](http://www.dgs.p) ou [www.iasaude.pt](http://www.iasaude.pt).

## Plano de Contingência

Este Plano consiste num conjunto de medidas que deverão ser aplicadas, com o objetivo de manter a atividade escolar, em face dos possíveis efeitos da pandemia, tanto no absentismo do pessoal docente e alunos, ao nível do 1º ciclo, como das crianças do pré-escolar, pessoal docente e não docente.

### 1 - Identificação do Coordenador e Equipa Operativa

A coordenação global deste Plano de Contingência é assumida pelo Diretor da Escola, Pedro Louro e pelo Coadjuvante/Substituto Legal do Diretor, António Banganho apoiado por uma **Equipa Operativa** constituída pelo Delegado de Segurança, Saulo Marinho, pelo docente Nuno Pena e pela Educadora de Infância, Cristina Martins.

### 2 - Definição da Cadeia de Comando e Controlo

**O Diretor da Escola** é o responsável pela execução, monitorização e avaliação do Plano, bem como pela transmissão de todas as informações e procedimentos inerentes à prevenção e controlo do SARS-COV-2/COVID-19, aos professores, educadores e pessoal não docente da Escola, (contando com o apoio direto da **Técnica administrativa**.)

**A Administrativa** é responsável por:

- Controlar os stocks do material de prevenção;
- Requisitar material em falta;
- Contactar as famílias, sempre que necessário.

**As Educadoras de Infância e os professores do 1º Ciclo** são responsáveis pela:

- Atualização dos dados pessoais das crianças/alunos do grupo/turma, (número de utente e contacto móvel do encarregado de educação) garantindo a comunicação de uma forma célere com a direção e com todos os pais e encarregados de educação;
- Implementação de medidas preventivas de higiene e saúde nas crianças e alunos, nomeadamente a aplicação de um conjunto de regras gerais de higiene pessoal e do ambiente de escola;
- Transmissão de informação e iniciativas de esclarecimento sobre a COVID-19, aos Encarregados de Educação;
- Informar os Encarregados de Educação que os seus educandos não poderão frequentar a escola quando manifestarem sintomas associados à COVID-19;
- Controlo de ocorrências e implementação de medidas preventivas de isolamento e distanciamento social;
- Informar o Diretor de todas as ocorrências.

Em caso de ausência dos elementos da equipa operativa são substitutos:

- do Diretor/Substituto Legal - Professor Virgílio Freitas;
- do Delegado de Segurança – Professor Lino Alves;
- da Educadora de Infância – Ajudante Rita Ramos.

### 3 - Identificação das Atividades Essenciais e Prioritárias

São consideradas atividades essenciais e prioritárias desenvolvidas pela escola, as seguintes:

- As atividades letivas das crianças e dos alunos do 1º ciclo;
- Serviços administrativos (controlo da assiduidade, aquisição de bens e telefone);
- O serviço de refeições (empresa Gertal);
- O serviço de limpeza e higiene da escola;

## 4 - Identificação das Medidas de Manutenção da Atividade em Situação de Crise

Em situação de crise pandémica, as atividades consideradas essenciais irão manter-se. O encerramento da escola é uma medida determinada, somente pelo Delegado de Saúde, após avaliação epidemiológica da situação ou pelo Governo Regional. Na eventualidade de a escola ser encerrada, os pais serão informados e os serviços mínimos administrativos serão mantidos. As refeições estão asseguradas, pois são distribuídas pela Empresa GERTAL.

Assim, em caso de absentismo:

- do pessoal docente, inicialmente, o Diretor solicitará à Delegação Escolar do Funchal a substituição da educadora/docente em falta e, eventualmente, poderá recorrer a horas extraordinárias (com a devida autorização da Delegação Escolar);

- do pessoal não docente, utilizando os recursos humanos já disponíveis nesta escola, o Diretor reorganizará a distribuição do serviço de forma a garantir as atividades consideradas prioritárias. Em situações extraordinárias, o Diretor solicitará à Delegação Escolar a colocação de um assistente operacional para suprimir alguma lacuna.

## 5 - Medidas de Prevenção e Controlo do SARS-CoV-2

### 5.1. Informação e Capacitação

De modo a que toda a comunidade educativa possua informação sobre o Plano de Contingência, proceder-se-á à divulgação do mesmo via email, Facebook e página Web oficial.

### 5.2. Medidas de acompanhamento dos alunos nos espaços comuns

Todos os docentes estão obrigados a acompanhar a turma/grupo nos corredores, WC e refeitório.

### 5.3. Medidas de Higiene do Ambiente

Dotar os WC com doseadores (sabão) e toalhetes de papel.

A garantia que os produtos higiénicos não esgotem nos recipientes é da responsabilidade das assistentes operacionais e a manutenção do stock dos produtos será da responsabilidade da Técnica Administrativa.

#### A limpeza / arejamento dos espaços

- Os puxadores das portas são centros de propagação, pelo que iremos, tanto quanto possível, manter as portas das salas de aulas abertas;
- Os corrimãos serão desinfetados após cada intervalo maior, isto é, após as 11h15m, as 14h45m e as 17h15m. Este trabalho será da responsabilidade das assistentes operacionais;
- O arejamento das salas de aula / espaços será da responsabilidade do pessoal docente e não docente, tendo em conta o estado do tempo e a segurança das instalações;
- A utilização das casas de banho, no início e término dos intervalos, fica limitada a duas crianças de cada vez, sempre com a supervisão do adulto, de forma a garantir os cuidados de higiene, sendo que, logo de seguida, as sanitas devem ser desinfetadas por uma assistente;
- As salas do Pré-Escolar e do 1º Ciclo serão limpas e desinfetadas, duas vezes por dia, após o almoço e após o término da escola. Todos os materiais mais suscetíveis de propagação/contaminação serão lavados/desinfetados diariamente, uma a duas vezes ao dia.

### 5.4. Medidas de Isolamento e Distanciamento Social

Com o objetivo de evitar o contágio, não é permitida a frequência a crianças, pessoal docente e não docente na escola que manifestem sintomas gripais, nomeadamente febre igual ou superior a 38°C, tosse persistente ou dificuldade respiratória. Todos os encarregados de educação serão, por via oral e/ou escrita, informados deste imperativo pelas educadoras de infância e professores.



**Nenhum elemento da comunidade escolar poderá frequentar a escola quando se verifique um dos seguintes sintomas:**

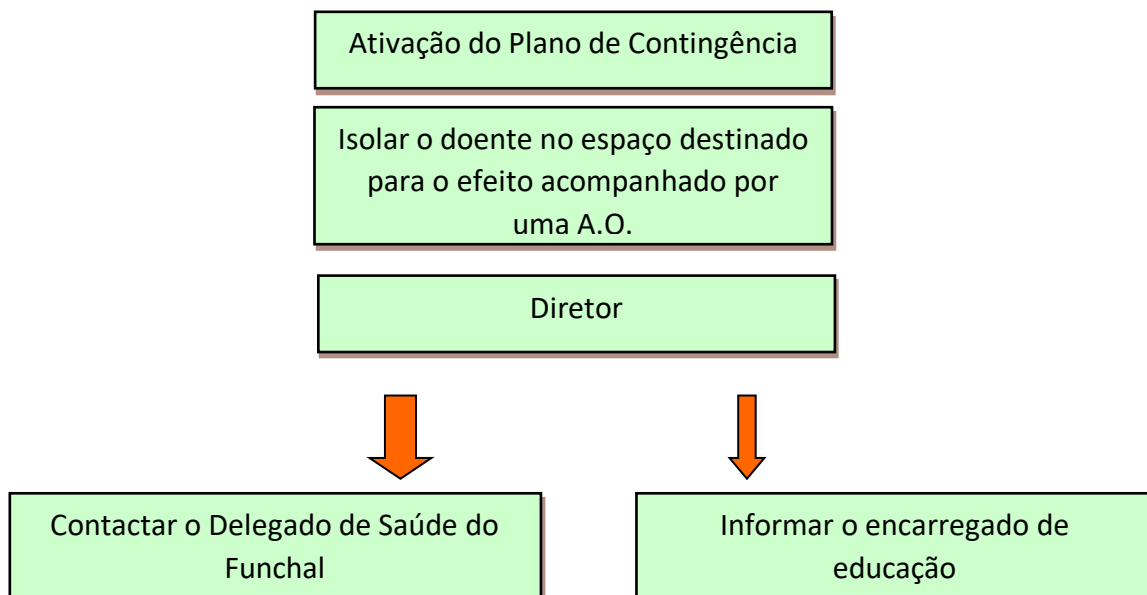
- Ter febre igual ou superior a 38°C;
- Tosse persistente;
- Dispneia/Dificuldade respiratória;
- Cansaço.

**\*Retirado do site do SNS24**

<https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/coronavirus/covid-19/#sec-7>

No caso de um elemento da comunidade escolar apresentar estes sintomas, deverá telefonicamente informar a escola da sua ausência (telefone: 291 146 015). Se for confirmado algum caso SARS-CoV-2 a escola deve ser informada para poder contactar o Delegado de Saúde ou o IASAÚDE, seguindo as instruções emanadas por aquelas instituições.

**No caso em que algum destes sintomas se manifeste na escola, irão ser dados os seguintes passos:**



(Ofício Circular n.º 5. 0. 0 – 094/2020 de 14 – 09 – 2020 da DRE e Circular informativa n.º 108, de 11 – 09 -2020 do IA Saúde, IP-RAM)

### **No espaço de isolamento, seguir as seguintes medidas:**

- Manter a sala fechada, mas arejada;
- Providenciar água e um lanche.

### **Com o doente:**

- Providenciar que o doente esteja confortável;
- Pedir ao doente que coloque, corretamente, a máscara;
- Medir a sua temperatura corporal;
- Manter uma distância de 2 metros;
- De 2 em 2 horas, fazer a substituição da máscara, seguindo os passos:
  - 1.º Retirar a máscara e colocá-la no saco de lixo;
  - 2.º Desinfetar as mãos;
  - 3.º Colocar uma nova máscara.

### **Para com o profissional que presta os 1.ºs socorros/acompanhamento do doente:**

- Em todos os contactos entre este e o doente, devem ser seguidas as medidas de proteção previstas;
- O profissional que presta os cuidados deve estar protegido, utilizando os equipamentos descartáveis, de uma única utilização, aprovados pelo sistema de saúde: uma máscara FFP2, uma viseira, um par de luvas e bata.

### **Outras crianças / pessoal docente e não docente:**

Todo aquele que, na escola, tenha tido contacto direto com um possível infetado pelo SARS-CoV-2, irá ser informado a seguir as orientações emanadas pelo IASAÚDE. No caso de ser uma criança, as mesmas informações serão transmitidas aos respetivos encarregados de educação.

### **Salas de Isolamento (edifícios 31 e 103):**

A **Sala de Isolamento e Distanciamento Social** está identificada na porta como tal. Dispõe de uma janela ventilada para o exterior e está equipada com uma mesa, uma cadeira, uma saboneteira, frasco de gel desinfetante, toalhetes de papel, máscaras de proteção, termómetro e de um saco de lixo apropriado para o efeito.

### **Limpeza dos Espaços de Isolamento e outros:**

- A sala de isolamento será limpa, após cada utilização, lavada e desinfetada;
- O mesmo será feito aos objetos ali existentes;
- Igual procedimento será utilizado nas salas/objetos que foram utilizados/manipulados pela pessoa infetada.

### **Funcionamento da Secretaria e Direção:**

- Só terá acesso à secretaria/direção uma pessoa de cada vez e de forma isolada;
- No caso de haver mais de uma pessoa para atendimento, as restantes aguardam nos espaços assinalados no exterior dos edifícios;
- Uma assistente operacional estará à entrada para coordenar as entradas, saídas e circuitos de acesso.

## **6. Atuação para possíveis casos de infeção por SARS-CoV-2**

Todos os adultos devem reportar à direção/equipa uma situação de doença enquadrada nos sintomas e ligação epidemiológica, compatíveis com a definição de caso possível de COVID-19, seja do próprio ou criança/aluno da sua responsabilidade.

### **Profissionais de saúde e seus contactos**

Sistema Regional de Saúde 24 – 800 24 24 20

### **Procedimentos num caso suspeito**

- Contactar diretamente a direção/equipa (preferencialmente via telefone);
- Dirigir-se para a sala de isolamento (no caso de ser uma criança fá-lo-á com acompanhamento de um adulto);
- A direção contacta a linha de saúde local (800 24 24 20) no caso de ser uma criança;
- No caso de ser uma criança/aluno a direção contacta o encarregado de educação;
- O adulto com quadro sintomático suspeito contacta a linha de saúde local e a direção;
- A direção assegura assistência;

- A pessoa que presta a assistência deverá previamente munir-se de máscara, viseira, luvas e bata (descartáveis) para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com a criança/aluno/adulto;
- A criança/adulto deve usar uma máscara cirúrgica colocada pelo próprio;
- A linha de saúde local questiona o adulto/encarregado de educação e efetua validação;
- Após saída da criança/adulto da sala de isolamento esta só deverá ser novamente frequentada após higienização do espaço ou, uma vez que o caso suspeito seja confirmado, após autorização dada pelas autoridades de saúde públicas.

## 7. Horários de intervalos e uso dos espaços comuns

### Acesso aos edifícios 31 e 103

- Uso obrigatório de máscara;
- Desinfecção das mãos;
- Medição da temperatura;
- Pisar o tapete acético/desinfetante.

### Uso das cantinas e salas de aula

- Para melhor atuação face a um caso de covid19, cada criança/aluno terá um lugar fixo;
- O lugar do aluno na sala de aula e na cantina terá o seu nome escrito;
- O uso das cantinas é feito por grupo/ano de escolaridade.

## Horários dos intervalos

<b>Edifício 31</b>				
<i>Grupo/Turma</i>	<i>Intervalo da manhã</i>	<i>Intervalo da tarde</i>	<i>Almoço</i>	<i>Espaço comum</i>
<b>Pré A</b>	09h45m às 10h15m	15h15m às 15h45m	12h às 12h30m	Pátio lateral
<b>Pré B</b>	09h45m às 10h15m	15h15m às 15h45m	12h às 12h30m	Pátio coberto
<b>1º A</b>	10h15m às 10h45m	16h15m às 16h45m	13h15m às 14h15m	Coberto junto à cantina
<b>1º B</b>	10h15m às 10h45m	16h15m às 16h45m	13h15m às 14h15m	Coberto junto à cantina
<b>2º A</b>	10h45m às 11h15m	16h45m às 17h15m	13h30m às 14h45m	Campo A
<b>2º B</b>	10h45m às 11h15m	16h45m às 17h15m	13h30m às 14h45m	Campo B
<b>Edifício 103</b>				
<i>Grupo/Turma</i>	<i>Intervalo da manhã</i>	<i>Intervalo da tarde</i>	<i>Almoço</i>	<i>Espaço comum</i>
<b>Pré C</b>	09h45m às 10h15m	15h15m às 15h45m	12h às 12h30m	Coberto junto à cozinha
<b>3º A</b>	10h15m às 10h45m	16h15m às 16h45m	13h15m às 14h15m	Campo A
<b>3º B</b>	10h15m às 10h45m	16h15m às 16h45m	13h15m às 14h15m	Campo B
<b>4º A</b>	10h45m às 11h15m	16h45m às 17h15m	13h30m às 14h45m	Campo A
<b>4º B</b>	10h45m às 11h15m	16h45m às 17h15m	13h30m às 14h45m	Campo B

### Notas:

Os espaços comuns, acessos e circuitos próprios estarão devidamente marcados e sinalizados;

Nos dias em que as condições meteorológicas sejam de chuva/aguaceiros os alunos farão o intervalo nas respetivas salas;

A atividade de escovagem de dentes fica suspensa durante a pandemia.

## Plano de Comunicação

A comunicação interna da escola é da responsabilidade de toda a Equipa Operativa.

A Direção é a única responsável pela comunicação externa, nomeadamente, com a Delegação Escolar, o Delegado de Saúde, o IASAÚDE, o Centro de Saúde, a Autarquia, a Empresa fornecedora de refeições, Encarregados de Educação e outros. A Técnica Administrativa é a responsável pelo contacto com os fornecedores do material.

## Colaboração dos Encarregados de Educação

- Assegurar que os seus educandos tragam consigo lenços de papel e todo o material necessário, para evitar trocas e possíveis contágios;
- Reforçar as regras de Prevenção e Higiene;
- Assegurar que os seus educandos não saiam de casa, para a escola, apresentando sinais de infeção respiratória como febre, tosse e dificuldades respiratórias;
- Informar telefonicamente a escola, caso o seu educando se encontre em quarentena por indicação das entidades de saúde;
- Providenciar uma garrafa de água (ou equivalente) devidamente identificada com **nome** e **ano/turma** para uso no quotidiano.

## Formação

Será solicitado, com dia a determinar e caso o plano seja ativado, a colaboração de uma enfermeira na realização de uma ação de sensibilização sobre esta temática.

Os temas propostos para a sessão serão:

- O que é a COVID-19?;
- O que o torna diferente em relação às gripes comuns?;
- Vias/formas de propagação;
- Orientações de boas práticas em relação à higiene e ao manuseamento dos equipamentos protetores.

## Divulgação do Plano de Contingência

Este Plano de Contingência será dado a conhecer a toda a Comunidade Escolar e disponibilizado no site da escola. Serão afixados, em pontos estratégicos das escolas, cartazes disponibilizados pelo Serviço Regional de Saúde.

## Avaliação

Terminada a fase pandémica, a equipa operativa elaborará um relatório que evidencie tanto os aspetos que poderão ser reformulados/ajustados, como aqueles que demonstraram a sua eficácia. Desta forma, a escola, no futuro, poderá ter uma resposta adequada a situações similares.

**A Direção,**

DELEGAÇÃO ESCOLAR DO MUNÍCIPIO DO FUNCHAL  
EB1/PE VISCONDE CACONGO  
SANTA MARIA MAIOR

# ANEXOS



# **SINTOMAS QUE TE OBRIGAM A FICAR EM CASA**

## **Se sentir um destes sintomas:**

- ✓ Tens febre igual ou superior a 38°C;
- ✓ Tosse persistente;
- ✓ Dispneia/ dificuldade respiratória;
- ✓ Cansaço.

**\*Retirado do site do SNS24**

<https://www.sns24.gov.pt/tema/doencas-infecciosas/coronavirus/covid-19/#sec-7>

## **NÃO VENHAS PARA A ESCOLA**

### **Contacta:**

- ✓ a Linha Saúde; SRS 24 Madeira **800 24 24 20** e segue as suas orientações;
- ✓ a consulta do microsite NOVO CORONAVÍRUS, COVID-19 em [www.dgs.pt](http://www.dgs.pt) ou microsite do IASAUDE, IP RAM;  
(<http://apps.iasaude.pt/novocoronavirus2019/>)
- ✓ a escola pelo tel.: **291146015**.

DELEGAÇÃO ESCOLAR DO MUNÍCIPIO DO FUNCHAL  
EB1/PE VISCONDE CACONGO  
SANTA MARIA MAIOR

CASO SUSPEITO NA COMUNIDADE **CORONAVÍRUS 2019 «CoV**  
FLUXOGRAMA



Perante

sinais e sintomas + história de regresso da China ou contacto com doente infetado



# NOVO CORONAVÍRUS 2019-nCoV

## SABES COMO TE PODES PROTEGER?



QUANDO ESPIRRARES OU  
TOSSIRES TAPA A BOCA E O  
NARIZ COM O BRAÇO



LAVA AS MÃOS COM FREQUÊNCIA

Antes das refeições, quando  
chegas à escola e a casa



NÃO PARTILHES OS TEUS  
OBJETOS E COMIDA

CASO TENHAS ALGUMA DÚVIDA, PERGUNTA AO  
TEU PROFESSOR OU À TUA FAMÍLIA

## 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  
CONTENEDOR DE RESÍDUOS  
SEM TOCAR NA PARTE  
DA FRENTE DA MÁSCARA



4º

LAVAR AS MÃOS



## TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

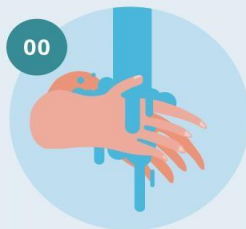
1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

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

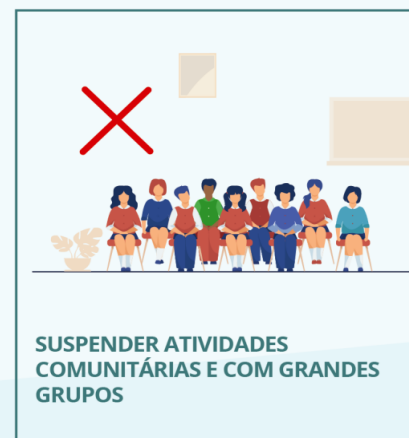
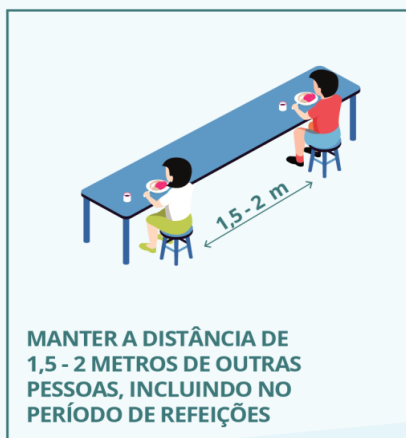
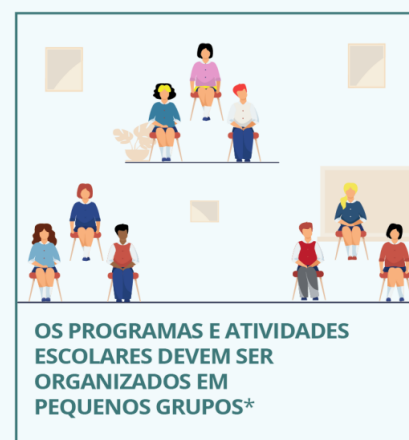
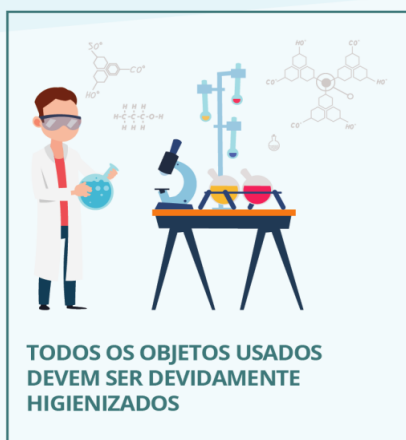


08 Seque as mãos com um toalhete descartável

#SEJAUMAGENTEDESAPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODAGS

**COVID-19**

# MEDIDAS PREVENTIVAS EM ESCOLAS



\* A COMUNIDADE ESCOLAR (ALUNOS, DOCENTES E NÃO DOCENTES) DEVEM MANTER O SEU GRUPO E EVITAR CONTACTAR COM PESSOAS DE OUTROS GRUPOS

## NÃO ESQUECER:

➤ LAVA BEM AS MÃOS

➤ MANTEM JANELAS E PORTAS ABERTAS

➤ NÃO PARTILHES OBJETOS

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS