



## Plano de Contingência Piscinas Municipais Cobertas

### EXECUÇÃO

No âmbito do presente Plano, cada interveniente atuará perante a situação identificada, em conformidade com as funções que lhes estão cometidas.

Este plano aplica-se a todos os utilizadores, colaboradores e trabalhadores da Câmara Municipal que interagem direta ou indiretamente nas Piscinas Municipais Cobertas.

A implementação de medidas extraordinárias de contingência e mitigação dos efeitos do COVID-19 pelo Município, nesta instalação, será ponderada tendo em consideração a melhor informação disponível, as recomendações emanadas no momento pelas Autoridades de saúde e do Governo e a atuação por parte de todos os intervenientes.

De forma a garantir a continuidade das instalações em funcionamento, é imprescindível concertar ações e promover a partilha de informação entre os intervenientes. Neste sentido, estabelece-se que o presente plano ficará sob a coordenação e monitorização de uma equipa de trabalho composta pelos elementos identificados no **Anexo I**, que será responsável por:

- ✓ Implementar e promover o Plano de Contingência, divulgando as medidas preventivas e de autoproteção;
- ✓ Monitorizar a situação, elaborando e divulgando relatórios de situação;
- ✓ Realizar alterações ao Plano de Contingência;
- ✓ Garantir a informação ao Presidente de Câmara;

A equipa, nomeará um Gestor do Plano, responsável por monitorizar a aplicação das regras de contingência no Complexo Desportivo da Granja e nas Piscinas Descobertas, centralizar a informação, elaborar relatórios e reportar os dados à Equipa de Coordenação, bem como sugerir alterações ao Plano, sempre que se justifique.

A articulação com a DGS será garantida pelo Serviço Municipal de Proteção Civil, que assegurará a divulgação de informação considerada pertinente ao Gestor do Plano.

O Plano é ativado pelo Presidente da Câmara Municipal, com o apoio técnico da equipa de coordenação, atendendo a uma das seguintes situações:

- a Orientações emanadas pela DGS;
- b Na iminência da proliferação generalizada de casos de COVID-19 no Concelho;
- c Surgimento de um caso de contaminação ou suspeita de contaminação COVID-19 numa das piscinas municipais descobertas.

A desativação do Plano de Contingência é também da responsabilidade do Presidente da Câmara Municipal, em articulação com a equipa de coordenação.

Este Plano prevê três fases de atuação, com distintos procedimentos: **fase de prevenção, fase de resposta e fase de recuperação**. As ações descritas em cada umas das fases poderão ser alteradas face à existência de novas diretivas da DGS, do Governo ou de alterações nos cenários de propagação da doença.

➤ **Fase de Prevenção:**

Esta fase é marcada pelas seguintes ações:

- a Divulgação do Plano no sítio do Município na Internet;
- b Divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;
- c Reforço de medidas de limpeza nas instalações e recinto das Piscinas Municipais Cobertas;

- d Reconhecimento e formação dos recursos humanos necessários para o funcionamento do Piscinas Municipais Cobertas;
- e Identificação das tarefas essenciais dos trabalhadores municipais;
- f Identificação de medidas alternativas para assegurar a continuidade das tarefas essenciais;
- g Aquisição de equipamentos, kits de proteção individual para entrega aos intervenientes que apresentem sintomas de contágio de COVID-19;
- h Nomear os trabalhadores com responsabilidade pelo armazenamento e distribuição dos kits de proteção individual, em caso de necessidade;
- i Preparar um espaço de isolamento com o objetivo de reduzir o risco de transmissão, afastando as pessoas da fonte potencial de infeção;
  - A área de “isolamento” terá ventilação natural e possuirá revestimentos lisos e laváveis. Cada pessoa terá de se acompanhar com telemóvel próprio para contacto com a linha SNS24; **A sala de isolamento será na designada sauna, a qual se situa no local de fácil acesso e próxima da saída de emergência, estando devidamente assinalada.**
  - O espaço terá uma cadeira (para descanso e conforto da pessoa, enquanto aguarda a validação do caso e o eventual transporte);
  - Possuirá também um Kit com água e alguns alimentos não perecíveis, contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico), solução antisséptica de base alcoólica, máscara(s) cirúrgica(s), luvas descartáveis e termómetro;
  - Próxima desta área, existirá uma instalação sanitária devidamente equipada, nomeadamente com doseador de sabão e toalhetes de papel, para a utilização exclusiva da pessoa com sintomas/caso suspeito;
  - O trabalhador designado para o acompanhamento ao espaço de isolamento estabelecerá na altura o circuito a privilegiar, quando uma pessoa com sintomas, se dirigir para a área de “isolamento”. Na

deslocação desta pessoa, devem ser evitados os locais de maior aglomeração de pessoas nas instalações.

- j Nomear o(s) trabalhador(es) designado(s) para acompanhamento ao espaço de isolamento, de eventual suspeito de infeção;
- k Disponibilizar solução de base alcoólica de desinfeção na entrada e saída das instalações;
- l Monitorizar e acompanhar a situação.

➤ **Fase de Resposta:**

Esta fase é desencadeada pela referenciação de possíveis casos de contágio em qualquer interveniente, e compreende as seguintes ações:

- a Reforço da divulgação de informação sobre medidas de prevenção a todos os intervenientes;
- b Reforço da limpeza das instalações e recinto das Piscinas Municipais Cobertas;;
- c Garantia de existência de produtos de higiene nas instalações, de modo a reforçar uma boa higienização das mãos;
- d Garantia da reposição dos kits de proteção individual;
- e Face ao aparecimento de casos com fundadas suspeitas de infeção por COVID-19 no das instalações e recinto das Piscinas Municipais Cobertas:
  - Implementação de medidas com vista à contenção da disseminação da doença, providenciando meios de comunicação com o SNS 24 (808 24 24 24), entrega do kit individual e encaminhamento para o espaço de isolamento indicado no Anexo I;
  - Proceder à desinfeção dos locais de permanência de casos suspeitos.
- f Informar os munícipes sobre a eventual perturbação no funcionamento das Piscinas Municipais Cobertas;
- g Emitir relatórios com informação direcionada às autoridades de saúde, dirigentes, demais trabalhadores e comunicação social;

- h Recolher a identificação dos trabalhadores que estiveram em contacto com um caso suspeito de infeção.

➤ **Fase de Recuperação**

Esta fase é marcada pela cessação do aparecimento de novos casos, pela recuperação clínica dos últimos infetados e pelo regresso gradual normalidade, culminando com a desativação do Plano.

É caracterizada pelas seguintes ações:

- a Continuação da aplicação de medidas de proteção e limpeza de instalações;
- b Monitorização permanente da situação, com vista a detetar possíveis ondas subsequentes de infeção;
- c Informação aos munícipes sobre a reativação e normalização do funcionamento das Piscinas Municipais Cobertas com a desativação do Plano, deve-se:
  - c.a Desativar os espaços de isolamento;
  - c.b Recolher os kits de proteção individual não utilizados;
  - c.c Avaliar a eficácia das ações e procedimentos implementados nas diversas fases e elaborar relatório de avaliação final;
  - c.d Desativar as estruturas de coordenação, informação e monitorização.

## **Piscinas Municipais Cobertas**

Considerando a evolução epidemiológica actual da COVID-19, procede-se à definição de procedimentos e medidas de prevenção da transmissão do referido vírus, para além daqueles que já se encontram no plano de contingência da Câmara Municipal de Resende e para as quais se remete, no estrito cumprimento da **Orientação da DGS nº 030/2020 relativa à Atividade Física e Desporto – Espaços de Prática de Exercício e Desporto, com última atualização a 01/10/2021.**

## PISCINAS COBERTAS

Pela sua complexidade técnica, este espaço desportivo determina uma maior dimensão na gestão da estrutura funcional e dos processos que lhes estão associados.

São destinados para variados tipos de utilizadores, individuais ou coletivos, com objetivos e prática diferenciada.

## CARATERIZAÇÃO TÉCNICA E FUNCIONAMENTO

### 1. RECEÇÃO E ATENDIMENTO

#### 1.1 Medidas preventivas

- a) Dispositivo de acrílico separador entre o utente e o colaborador;
- b) Obrigatoriedade de uso de máscara e desinfeção das mãos à entrada do edifício, disponibilizando um dispensador de álcool gel;
- c) Deve ser assegurado uma distância de segurança de pelo menos 1,5 metros entre os utentes;
- d) Determinar trajetos intuitivos e de fácil acesso;
- e) O utente deve permanecer o mínimo de tempo possível na zona de receção;
- f) Durante o período de permanência nas instalações, os utentes não se devem fazer acompanhar por familiares ou outros;
- g) Os pagamentos presenciais de mensalidades, devem ser efetuados preferencialmente no final da atividade;
- h) Evitar a partilha de objetos entre os utentes e rececionistas, informatizando determinados procedimentos;
  - 1) O tempo de permanência na instalação desportiva deve ser o estritamente necessário à realização da sua aula ou actividade de manutenção livre;
  - 2) Não será permitida a permanência de mais de **1:20h** na instalação;
- i) O balcão de informação deve ser higienizado regularmente pelo funcionário;
- j) O utente deve evitar contactos desnecessários em qualquer superfície;
- l) As instalações sanitárias da zona de atendimento, terá a lotação de uma pessoa por espaço/género;
- m) A entrada para os balneários é permitida 10 min antes da hora marcada da aula.

## **2. CIRCUITOS E CORREDORES DE ACESSO**

### **2.1 Medidas preventivas:**

- a) Deve ser assegurado uma distância de segurança de pelo menos 1,5 metros entre os utentes;
- b) Existência de trajetos intuitivos e de fácil acesso, para isso existe a sinalética no pavimento/paredes com as devidas recomendações;
- c) Proibição de permanência nos corredores de acesso aos balneários/piscina;
- d) Não haverá cruzamento entre os alunos que saem da piscina com os que entram, havendo, para o efeito, um funcionário(a) para confirmar a inexistência de utentes nos balneários/corredores.
- e) Obrigatório o uso de chinelos (exclusivos para a circulação na instalação) na transição vestiários-nave e vice versa.

## **3. VESTIÁRIOS E BALNEÁRIOS**

### **3.1 Medidas preventivas**

- a) A permanência, inicial e final, no balneário deverá ser limitada ao extremamente necessário;
- b) Apenas poderão ser utilizados os chuveiros que não se encontram assinalados com um (X);
- c) As entradas e saídas dos balneários devem ser efetuadas seguindo os circuitos de circulação.
- d) As portas sempre que possível devem estar abertas para evitar o seu manuseamento;
- f) Estão anulados os pontos de eletricidade que permitam a utilização de secadores de cabelo, bem como afixada a sinalética de proibição do uso dos mesmos;
- i) Estarão disponíveis balneários para o género masculino e feminino, sendo que a sua ocupação máxima simultânea garantirá 1,5 m de distanciamento entre utilizadores;
- j) Haverá uma redução de cacifos disponíveis para aumentar o distanciamento entre utentes. Será criado um sistema de alternância de utilização entre cacifos para garantir a higienização entre aulas;

- k) Deverá ser promovida e incentivada a redução de pertences nos espaços comuns;
- l) Estão colocados os dispensadores de toalhetes de papel em substituição dos secadores de mãos;

## **4. GESTÃO DAS ATIVIDADES/AULAS DE GRUPO**

### **4.1. Medidas preventivas**

- a) Os utentes deverão chegar o mais perto possível da hora do início da aula;
- b) Os utentes serão encaminhados para locais de espera específicos por turma no cais da piscina;
- c) Os utentes somente poderão entrar no plano de água quando o nadador-salvador ou professor indicar, sendo realizada pelo local específico para o efeito;
- c) Os alunos em aulas só saem da piscina, quando os alunos da próxima aula estiverem no cais, por indicação do professor;
- d) Não poderá haver cruzamento entre os alunos que saem da piscina com os que entram;
- e) Evitar o contacto físico entre o aluno e o professor;
- f) Obrigatório passar pelo chuveiro; Sendo esta uma zona de passagem frequente, deverá ser devidamente higienizada com produtos à base de cloro.
- g) Deverá ser evitado a utilização de material didático. Sempre que utilizado, deverá ser desinfetado antes da próxima aula. Se utilizado, não deve ser partilhado entre os colegas da turma.
- h) Proibida a permanência no cais da piscina, exceto quando aguardam pelo início da aula;
- i) Deve ser mantido o distanciamento físico em todos os movimentos, incluindo os tempos de descanso na aula;
- j) Os utilizadores deverão levar para o cais de piscina:
  - Óculos, touca, toalha;
  - Saco de plástico para colocação da máscara;
- l) Não é recomendado as idas à casa de banho no decurso da aula. Se houver necessidade, o aluno deve ser encaminhado pelo Nadador Salvador.
- m) Disponibilizar desinfetante de mãos em pontos estratégicos no cais da piscina;

n) Garantir períodos de arejamento dos espaços entre sessões de aulas de grupo, durante pelo menos 15 minutos, abrindo portas e janelas;

## **5. MANUTENÇÃO DOS SISTEMAS E EQUIPAMENTOS**

### **5.1 Medidas preventivas**

- a) Limpeza e desinfecção das piscinas com os regulares procedimentos de tratamentos da água dos tanques;
- b) Programa regular, através de laboratório externo, de análises microbiológicas e físico-químicas da água dos tanques;
- c) Programa regular de prevenção e controlo da legionella no sistema de rede do abastecimento de águas;
- d) Deve ser assegurada uma boa ventilação dos espaços, preferencialmente com ventilação natural, através da abertura de portas ou janelas. Pode também ser utilizada ventilação mecânica de ar (sistema AVAC – Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado). Nestes casos, deve ser garantida a limpeza e manutenção adequadas, de acordo com as recomendações do fabricante, e a renovação do ar dos espaços fechados, por arejamento frequente e/ou pelos próprios sistemas de ventilação mecânica (quando esta funcionalidade esteja disponível);
- e) Reforço das ações de limpeza dos locais onde se verifica maior concentração de trabalhadores e utentes, designadamente dos espaços ao público, onde a higienização das superfícies deverá ser realizada com detergente desengordurante, seguido de desinfetante;
- f) Desinfecção periódica de corrimões e escadas de acesso à piscina;
- e) Proceder à análise da qualidade do ar interior;
- g) Dotar de EPI'S todos os funcionários afetos à manutenção e tratamento dos sistemas;

### ***Cais da Piscina***

Sendo uma zona de pé descalço deve haver especial atenção na sua limpeza e desinfecção:

- a) Higienização e desinfecção do cais de piscina durante os períodos de arejamento;
- b) A desinfecção é realizada com produtos à base de cloro;
- c) Nos bancos e cabides será utilizado um produto de base clorada ou base alcoólica.

## 6. REGIME DE UTILIZAÇÃO LIVRE

### 6.1 Medidas preventivas

- a) Uma pista, apenas no tanque grande, disponível para utilização da piscina em regime livre, com lotação de 4 utentes;
- b) Proibição em utilizar material desportivo de apoio.

### 7. Horários de funcionamento:

- a) Horário da manhã: 08h00 às 13h30
- b) Horário da tarde: 14h30 às 20h30

### 8. Outras medidas de prevenção e sensibilização:

- a) Disponibilização de solução desinfetante de mãos em vários locais do edifício, tais como:
  - Um na entrada nas instalações; um na entrada de cada balneário; um no interior de cada balneário no local de acesso à nave; dois no interior da nave.
- b) Material de divulgação no sentido de incentivar a lavagem frequente de mãos e sua desinfecção;
- c) Material de divulgação no sentido de informar para a utilização de máscara.;
- d) Criado um circuito de circulação perceptível para os utilizadores e funcionários (devido à inexistência de uma planta da instalação, por piso, o layout fica um pouco confuso, no entanto encontra-se anexado ao presente plano, **Anexo III**);
- e) Criado um modelo de registo dos funcionários e utilizadores. Mas será de referir que a piscina está dotada de um Software de Gestão com controlo de acessos, o qual regista todas as entradas e saídas;
- f) Serão colocados caixotes de recolha de máscaras um à entrada da instalação e também um em cada balneário.

## **9. Características técnicas e lotação máxima instantânea:**

- **Atendimento ao público:** 1 pessoa
- **Elevador:** 1 pessoa
- **Tanque de Aprendizagem (120m<sup>2</sup>) :** 12 pessoas;
- **Tanque de Competição (300m<sup>2</sup>) :** 24 pessoas;
- **Balneário feminino:** 16 pessoas;
- **Balneário masculino:** 16 pessoas.

## **Anexo I – Equipa de Coordenação**

- a Direção: Vice-Presidente da Câmara – Amadeu Vasconcelos
- b Coordenação: Adjunto do GAP -Fernando Teixeira
- c Gestão: Técnica Superior Desporto – Joana Severino
- d Colaboradores: Funcionários afetos às instalações





## Anexo IV – Análises

Plano de Amostragem 2021  
**ID 6854 - Piscinas Municipais Cobertas de Resende**  
 (ID 385 Mário Rebola)

MÊS	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
<b>Data (1ª quinzena)</b>	<b>07</b>	<b>02</b>	<b>02</b>	<b>07</b>	<b>04</b>	<b>02</b>			<b>01</b>	<b>07</b>	<b>04</b>	<b>02</b>
<b>RESENDE-TANQUE GRANDE COBERTO</b>	BP	BP	BP	BP	BP	BP	<b>ENCERRADAS</b>		BP	BP	BP	BP
	QP	QP	QP	QP	QP	QP		QP	QP	QP	QP	QP
					THM						THM	
<b>RESENDE-TANQUE PEQUENO COBERTO</b>	BP	BP	BP	BP	BP	BP			BP	BP	BP	BP
	QP	QP	QP	QP	QP	QP			QP	QP	QP	QP
					THM						THM	
<b>TÉCNICO</b>												
<b>Data (2ª quinzena)</b>	<b>21</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>18</b>	<b>15</b>			<b>21</b>	<b>21</b>	<b>16</b>	<b>16</b>
<b>RESENDE-TANQUE GRANDE COBERTO</b>	BP	BP	BP	BP	BP	BP	<b>ENCERRADAS</b>		BP	BP	BP	BP
	QP	QP	QP	QP	QP	QP		QP	QP	QP	QP	QP
<b>RESENDE-TANQUE PEQUENO COBERTO</b>	BP	BP	BP	BP	BP	BP			BP	BP	BP	BP
	QP	QP	QP	QP	QP	QP			QP	QP	QP	QP
<b>TÉCNICO</b>												

**LEGENDA:**

BP – Bacteriologia de piscina; QP – Químico de piscina (com medições de campo – cloro livre/total e temperatura); THM – trihalometanos

Plano de Amostragem 2021  
**ID 6854 - Piscinas Municipais Cobertas de Resende**  
 (ID 385 Mário Rebola)

PISCINA COBERTA DE RESENDE	JAN		FEV		MAR		ABR		MAI		JUN		JUL		AGO		SET		07 OUT		NOV		DEZ	
	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS	AFS	AQS
<b>RESENDE - P(-1)</b>							BClc													BClc				
ANOTAR LOCAL COLHEITA	Leg						Leg							Leg						Leg				
<b>RESENDE - P(-2)</b>									Leg	Leg				Leg	Leg					Leg	Leg			
ANOTAR LOCAL COLHEITA																								
<b>RESENDE - P(-3)</b>	BClc													BClc										
ANOTAR LOCAL COLHEITA	Leg						Leg						Leg							Leg				
<b>TÉCNICO</b>																								

**LEGENDA:**

BClc – bacteriologia de consumo curto + cloro livre; Leg – Legionella

Obs.: os pontos de colheita em um dos pisos deverão ir variando ao longo do ano:

- Piso -1: uma análise numa torneira de águas frias sanitárias (AFS)
- Piso -2: uma análise em dois chuveiros dos diversos balneários (masculino, feminino, funcionários, monitores) às águas mistas sanitárias (AMS = AFS+AQS)
- Piso -3 (casa de máquinas): uma análise numa torneira de águas frias sanitárias (AFS)

## Anexo V – Plano de Manutenção do Sistema AVAC

### MANUTENÇÃO

As visitas para manutenção semestrais incluem as seguintes operações:

#### Unidades tipo Split / UTAS

Item	Designação	Periodicidade			
Nº	Tipo de Intervenção	M	B	S	A
1	Limpeza dos filtros de ar com agente germicida do tipo "AC2"			X	
2	Limpeza e alinhamento das alhetas das unidades interiores			X	
4	Limpeza de tabuleiros e esgoto de condensados e verificação			X	
6	Acerto de termóstato			X	
7	Verificação de fugas de água			X	
8	Limpeza de unidades interiores			X	
9	Reapertos eléctricos e mecânicos				X
10	Medição de consumo de ventiladores				X
11	Teste de funcionamento das válvulas de 2/3 vias				X
13	Verificação de purgadores de ar				X

#### Ventiladores de ar novo / extração

Item	Designação	Periodicidade			
Nº	Tipo de Intervenção	M	B	S	A
1	Limpeza dos filtros de ar			X	
2	Alinhamento de polis			X	
3	Ajuste das correias de transmissão			X	
4	Medição e registo dos consumos dos motores ventiladores			X	
5	Reapertos eléctricos e mecânicos				X
6	Verificação de vibrações e ruído				X
7	Limpeza das unidades				X

#### Instalação Aerólica

Item	Designação	Periodicidade			
Nº	Tipo de Intervenção	M	B	S	A
1	Limpeza de grelhas e difusores				X
2	Medição e ajuste de caudais de ar				X
3	Verificação do isolamento das condutas (caso necessário)				X
4	Pintura nos elementos que apresentam índice de corrosão				X

## Quadros Eléctricos

Item	Designação	Periodicidade			
Nº	Tipo de Intervenção	M	B	S	A
1	Substituição das lâmpadas de sinalização			X	
2	Medição e registo da tensão			X	
3	Acerto dos programadores horários			X	
4	Limpeza geral e reapertos				X
5	Retirar relés				X
6	Remover pó e sujidades				X
7	Reapertos mecânicos				X
8	Lubrificação com químico adequado não condutor e isolante				X
9	Ensaio de todos os interruptores diferenciais			X	

## Eletrobombas

Item	Designação	Periodicidade			
Nº	Tipo de Intervenção	M	B	S	A
1	Limpeza de filtros de água			X	
2	Limpeza do esgoto de empanque			X	
3	Medição e registo de consumos eléctricos			X	
4	Verificação da corrosão				X
5	Verificação da estanquicidade de buçins e retentores				X
6	Medição da resistência do isolamento eléctrico				X
9	Limpeza e verificação do Quadro Eléctrico				X
10	Análise de vibrações e ruídos				X
11	Reapertos eléctricos e mecânicos				X

## Desumificador

Item	Designação	Periodicidade			
Nº	Tipo de Intervenção	M	T	S	A
1	Limpeza e alinhamento das alhetas			X	
2	Visualização da carga de freon			X	
4	Medição e registo de consumos de compressores e ventiladores			X	
5	Verificação de actuação e calibração dos termóstatos e pressóstatos			X	
6	Ajuste do Set-Point do sistema			X	
7	Verificação de fugas de óleo / freon			X	
9	Verificação do nível de óleo			X	
10	Análise de vibrações e ruídos				X
11	Reapertos eléctricos e mecânicos				X

## Painéis Solares

Item	Designação	Periodicidade			
Nº	Tipo de Intervenção	M	Q	S	A
1	Limpeza de coletores			X	
2	Afinação de caudal e pressão do circuito solar			X	
3	Medição dos consumos da bomba			X	
4	Verificação da corrosão			X	
5	Verificação de fugas			X	
6	Purgar colector e grupo de circulação			X	
7	Verificação das sondas de temperatura			X	
8	Inspeção visual da instalação solar			X	
9	Verificação do Set-Point			X	

<b>M - Mensal</b>	<b>B - Bimestral</b>	<b>S - Semestral</b>	<b>A - Anual</b>
-------------------	----------------------	----------------------	------------------