



SALESIANOS
DO ESTORIL



STAY SAFE!

ORIENTAÇÕES PARA
VENCERES A COVID-19

1 EM FAMÍLIA... E NA ESCOLA

É importante que estejamos em sintonia para o melhor bem de todos.

Neste desafio que “temos em mãos”, Famílias e Escola só poderão ser aliadas. Não resta outra alternativa! A escola defende os alunos e, por isso, colabora com os encarregados de educação.

Há princípios que devem pautar a nossa conduta, a saber, a transparência, a reciprocidade e a confiança.

Reforço da tomada de consciência da responsabilização dos pais pelos comportamentos dos filhos dentro e fora da Escola.

O incumprimento das orientações emanadas pelos órgãos competentes da escola dão origem a procedimentos disciplinares, dependendo da gravidade ou reiteração do(s) ato(s) praticado(s).



2

ANTES DE SAÍRES DE CASA...



Deves fazer a vigilância ativa da sintomatologia associada à Covid-19, concretamente a medição da temperatura; dores musculares e articulares; tosse; dores de garganta; dificuldade respiratória.

Se tiveres sintomas, não debes apresentar-te na Escola.

Deve ser contactada a Linha SNS24 (808 242424) e proceder de acordo com as indicações fornecidas pelos profissionais de saúde.

Deves confirmar que levas sempre contigo a máscara de proteção para a Escola, usando-a também no percurso casa-escola-casa (especialmente quando utilizados transportes públicos).

As máscaras a utilizar, além de devidamente certificadas, devem garantir o decoro e estar alinhadas com o ideário e princípios da nossa Escola.

Deves levar também o teu kit pessoal de higienização (gel, solução alcoólica [70%], lenços de papel, máscaras de substituição e uma bolsa para colocares a máscara nas situações em tens de a retirar: durante as refeições e durante a prática de exercício físico).

Lembra-te que a máscara é importante, mas não resolve tudo. Não coloques as mãos nos olhos, nariz e boca sem estarem devidamente lavadas ou desinfetadas.

Leva o teu lanche para os intervalos da manhã e da tarde, de forma a reduzir a utilização do Bar.

Leva também água, não só para evitar teres de ir ao Bar, mas também porque os bebedouros dos pátios estarão encerrados.

ALUNOS PERTENCENTES A UM GRUPO DE RISCO? (DESPACHO N.º 8553-A/2020)

Este despacho permite que, quando a família o requeira e apresente declaração médica, os alunos doentes de risco possam permanecer na sua residência tendo direito a ensino não presencial. Neste caso, o Encarregado de Educação emite uma declaração de responsabilidade e de aceitação do Plano de ensino a distância elaborado pela escola. Uma vez feita esta opção pela família, ela mantém-se ao longo do ano letivo (exceto se se alterar significativamente a situação pandémica). Os alunos pertencentes a grupos de risco e que se encontrem impossibilitados de assistir às atividades letivas e formativas presenciais em contexto de turma, usufruem, designadamente, das seguintes medidas educativas:

- a. Condições especiais de avaliação e de frequência escolar.
- b. Apoio educativo individual em contexto escolar ou no domicílio, presencial ou à distância, através da utilização de meios informáticos de comunicação.
- c. Não será marcada falta aos alunos desde que cumpram o respetivo plano.

OUTRAS SITUAÇÕES: (NÃO PREVISTAS NO DESPACHO)

Uma vez que o Despacho apenas prevê a modalidade de ensino à distância para os alunos pertencentes a grupos de risco, decidiu a escola assegurar aos alunos que, de acordo com a triagem do SNS 24 e as orientações da Autoridade de Saúde Local, não possam frequentar a escola, possam usufruir do acompanhamento à distância com vista ao melhor desenvolvimento das aprendizagens, bem como para possibilitar a sua devida recuperação.

Estes alunos:

- a. Podem usufruir da transmissão síncrona das aulas. Todavia, será marcada falta.
 - b. As faltas serão justificadas com a declaração que ateste e justifique a necessidade do isolamento.
-

3 COMO POSSO ENTRAR NA ESCOLA?

Queremos que estejas em segurança e que toda a comunidade educativa esteja bem. Por essa razão, um dos colaboradores da escola irá medir a tua temperatura. Se estiver tudo bem, podes ir para a tua sala.

Mas antes, calma... terás de desinfetar as mãos... e usar sempre a máscara.



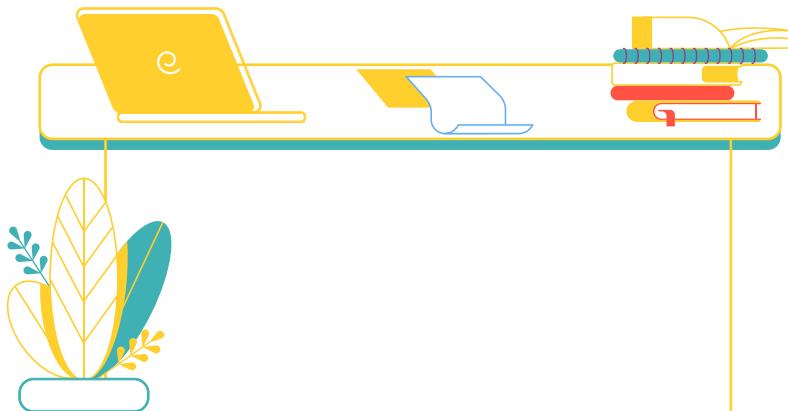
4

COMO CHEGO À SALA DE AULA?!

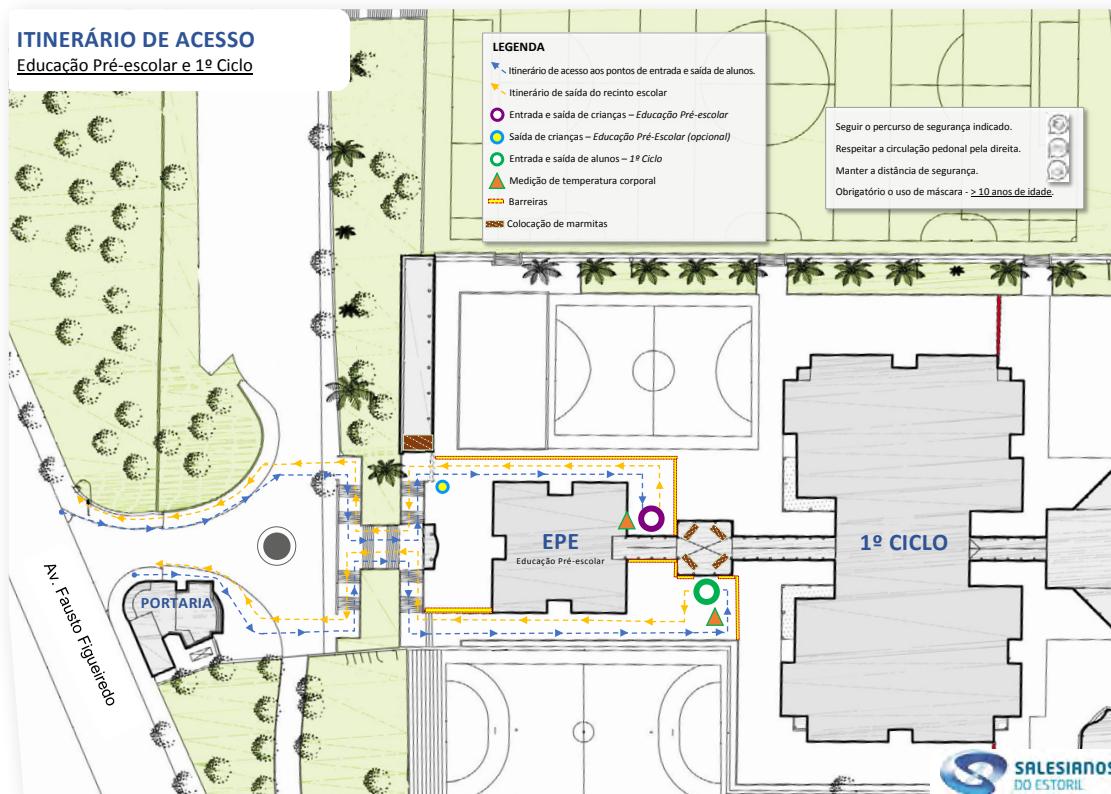
Dependendo da localização da tua sala de aula, deves seguir o percurso que te for indicado. Deverás seguir sempre esse trajeto, por forma a evitar que te cruces com outros colegas.

Mantem sempre o distanciamento em relação às outras pessoas e sempre com a máscara colocada.

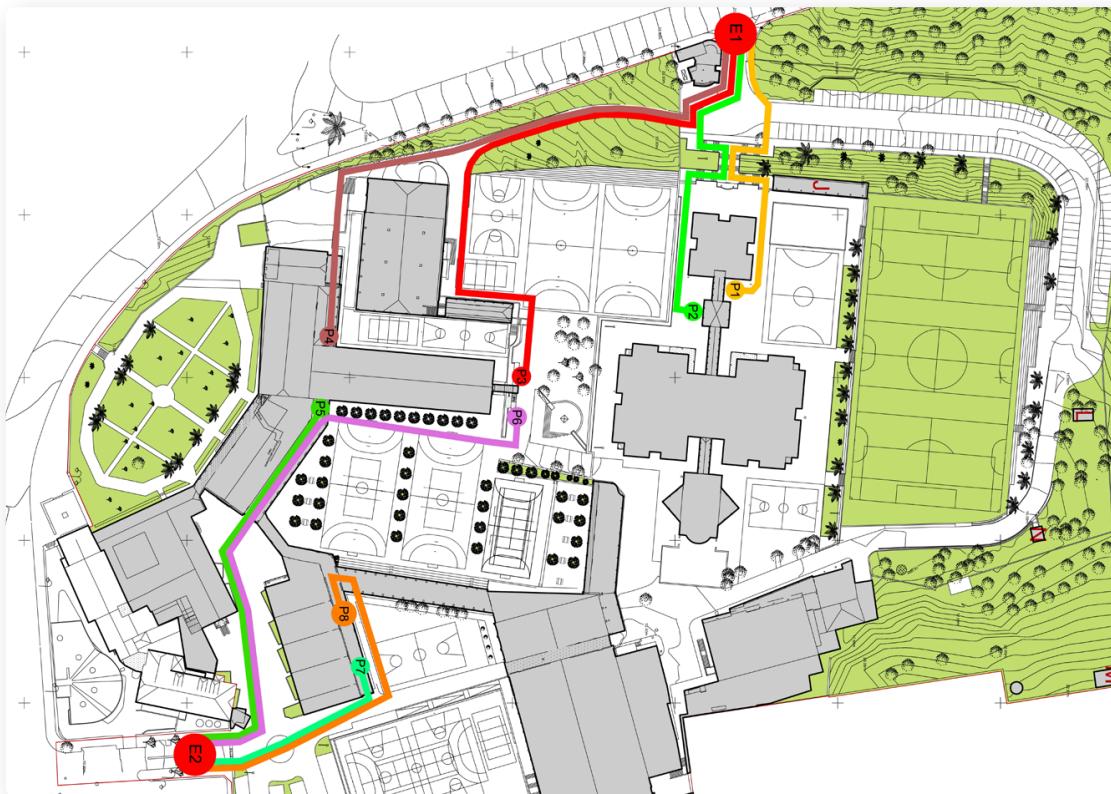
Lembra-te que os horários estão desfasados, pelo que deverás ter cuidado quando fores para a sala de aula. Outros alunos já devem estar a trabalhar, pelo que deves fazer o mínimo de ruído possível.



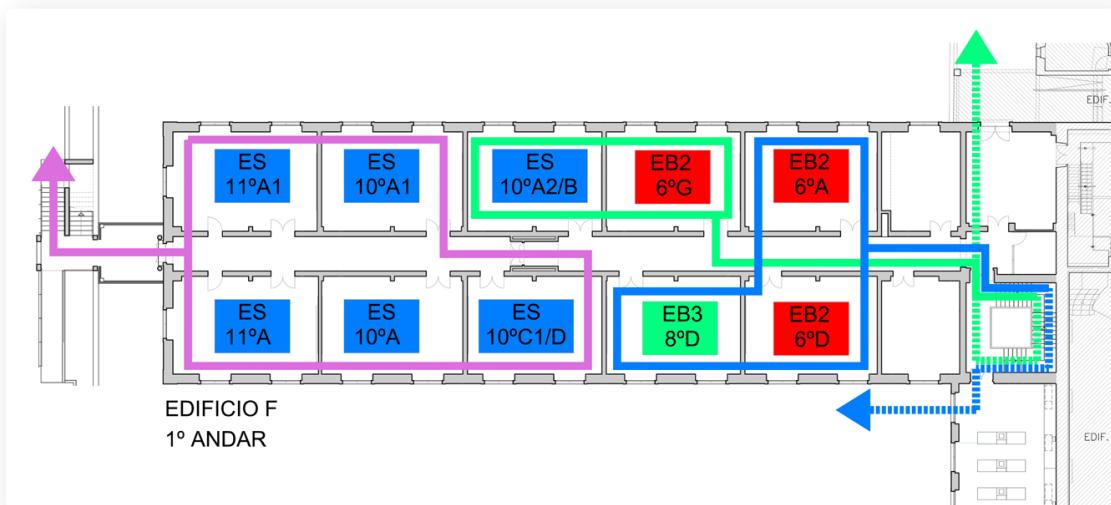
ITINERÁRIO DE ACESSO – EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR E 1.º CICLO

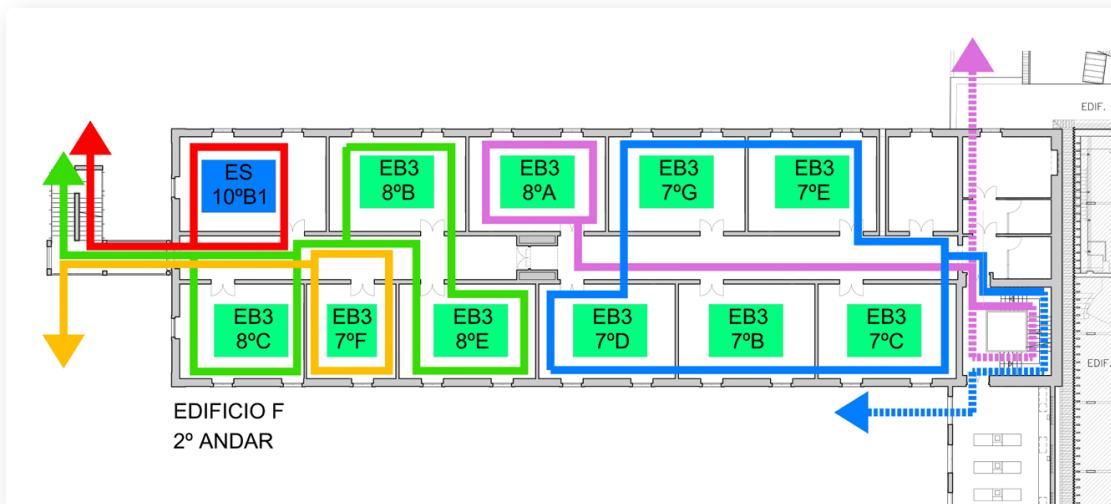


ITINERÁRIOS DE ACESSO AOS SALESIANOS DO ESTORIL



ITINERÁRIO DE ACESSO E SAÍDAS DO EDIFÍCIO F (EDIFÍCIO CENTRAL DAS AULAS):



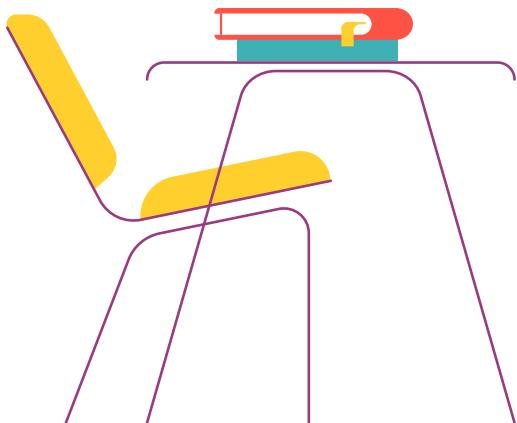


EDIFÍCIO DO E. SECUNDÁRIO



5

SALA DE AULA... QUE SAUDADES!



O teu lugar, na sala, é especial. É só teu!

A mesa e cadeira que ocupas devem ser identificadas.

Sempre que o mesmo espaço seja utilizado por diferentes grupos, proceder-se-á a desinfeção após utilização.

Manter as medidas de distanciamento, garantindo a maximização do espaço entre pessoas.

As mesas serão dispostas com a mesma orientação. Não as mudes.

Sempre que possível, e que tal não comprometa a segurança, manter-se-ão as janelas e/ou portas abertas, de modo a permitir uma melhor circulação do ar.

Não serão permitidos acessórios/decorações/materiais não essenciais à prática das atividades pedagógicas, possibilitando o reforço da limpeza e desinfeção dos que lá permanecem.

Garantir-se-á a existência de material individual necessário para cada atividade, ou a desinfeção do mesmo entre utilizações.

Espaços de Educação Física, Laboratórios – Garantir-se-á a limpeza e desinfeção do espaço e equipamento entre utilizações.

Em cada sala de aula existirá um kit de desinfeção e higienização.

6

DURANTE AS AULAS, QUE CUIDADOS DEVO TER?

Usar sempre a máscara.

Desinfetar as mãos frequentemente – uso o teu álcool gel pessoal.

Desinfetar também o teu espaço de trabalho e alguns objetos de maior manuseamento ao longo do dia.

Fazer o menor ruído possível, pois é necessário ter as portas e janelas abertas para a circulação do ar.

Não alterar a configuração da sala de aula.

Evitar movimentações desnecessárias no interior das salas.



7

VOU TER UMA AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA... AGORA SIM, DISTÂNCIA!

Os professores adotam estratégias e metodologias de ensino que privilegiem o respeito pelo distanciamento físico de, pelo menos, 3 metros entre alunos, adequando e adaptando as tarefas da aula.

Os professores promovem a realização de tarefas individuais, reduzindo a partilha de materiais e objetos (a partilha de bola é permitida).

Os professores desenvolvem situações de ensino com grupos reduzidos, ajustados aos espaços de atividade física e valorizando a utilização de formas de jogo reduzidas e condicionadas.

Os professores adotam estratégias de ensino que priorizem o trabalho em circuito, possibilitando a execução de exercícios através de estações que valorizem a estabilização de grupos de trabalho com os mesmos propósitos

É obrigatório o uso de máscara no percurso entre o balneário e o recinto da aula, podendo ser retirada nos momentos formais de realização do exercício (também no caso dos professores).

Compete aos alunos prever a melhor forma de guardarem a sua máscara durante a aula (bolso, bolsa, capa,...)

A lotação dos balneários estará condicionada ao limite máximo de utilizadores de forma a ser mantido o distanciamento necessário.

As atividades desportivas, bem como outras atividades que impliquem maior contacto físico, serão planificadas e adequadas de acordo com as "Orientações para a realização em regime presencial das aulas práticas de educação física".

8

UPS, PRECISO DE IR À CASA DE BANHO...



Se tiveres possibilidade de escolher o momento, evita ir quando houver muita gente.

Podes pedir aos teus professores, em caso de necessidade, para ir à casa de banho durante as aulas. Mas, atenção, como em todas as situações o bom senso deve imperar e os exageros e abusos evitar, até para evitar movimentações constantes nos corredores e cruzamentos com colegas de outros anos que poderão estar no seu intervalo.

Lembra-te que deves lavar as mãos. Antes e depois, tal como já o fazias antes...

Não bebas água diretamente das torneiras!

9

INTERVALO... ONDE E COMO?

Nos intervalos, deves ter o cuidado de estar com os colegas da turma.

Respeita as indicações dos espaços destinados a cada ano e ciclo e evita circulações desnecessárias que impliquem desvios aos percursos predefinidos para a tua turma.

Evita grandes concentrações e... mantém o distanciamento!

Este ano, não dá para aquela voltinha ao exterior da escola... Terás de ver o mar apenas à hora do almoço!

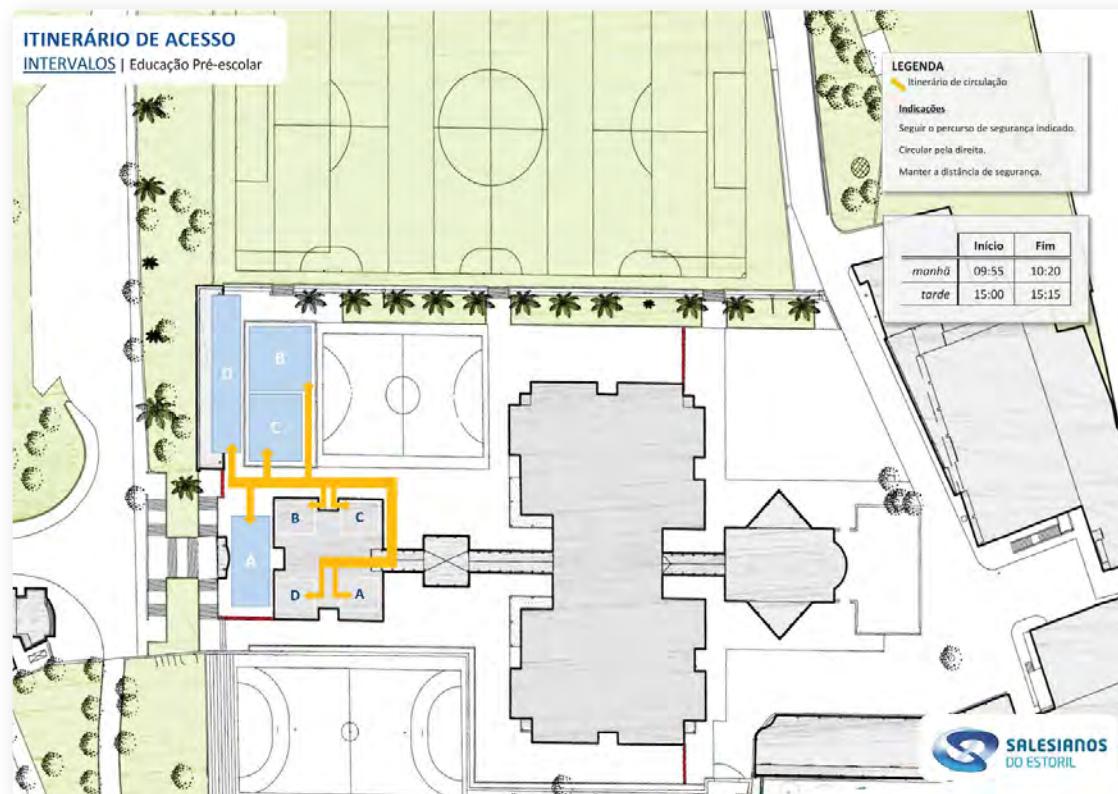
Segue as indicações de que estão na tua sala de aula.

No caso do E. Secundário, deverás usar o espaço em frente ao Bar e os campos azuis, caso não haja aulas de educação física.

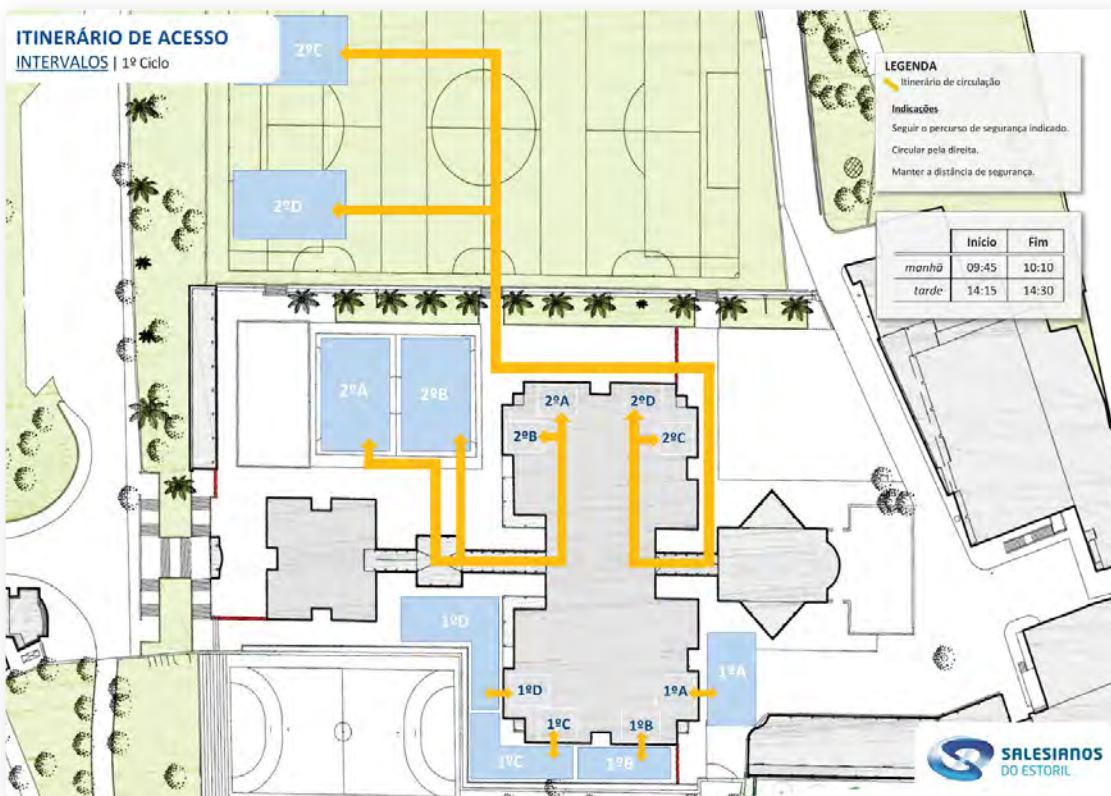
Nos demais ciclos, há locais específicos:



ITINERÁRIO DE ACESSO AOS INTERVALOS – EDUCAÇÃO PRÉ-ESCOLAR



ITINERÁRIO DE ACESSO AOS INTERVALOS – 1.º CICLO (1.º E 2.º ANOS)



GESTÃO DOS ESPAÇOS EXTERIORES NOS INTERVALOS – ZONAS POR TURMA



GESTÃO DOS ESPAÇOS NOS INTERVALOS EM QUE CHOVE – ZONAS POR TURMA



10

SINTOMAS COMPATÍVEIS COM A COVID-19

Se apresentares sintomas compatíveis com a Covid-19 serás encaminhado **(1)** para o Posto Clínico – área de triagem (tenda Covid-19).

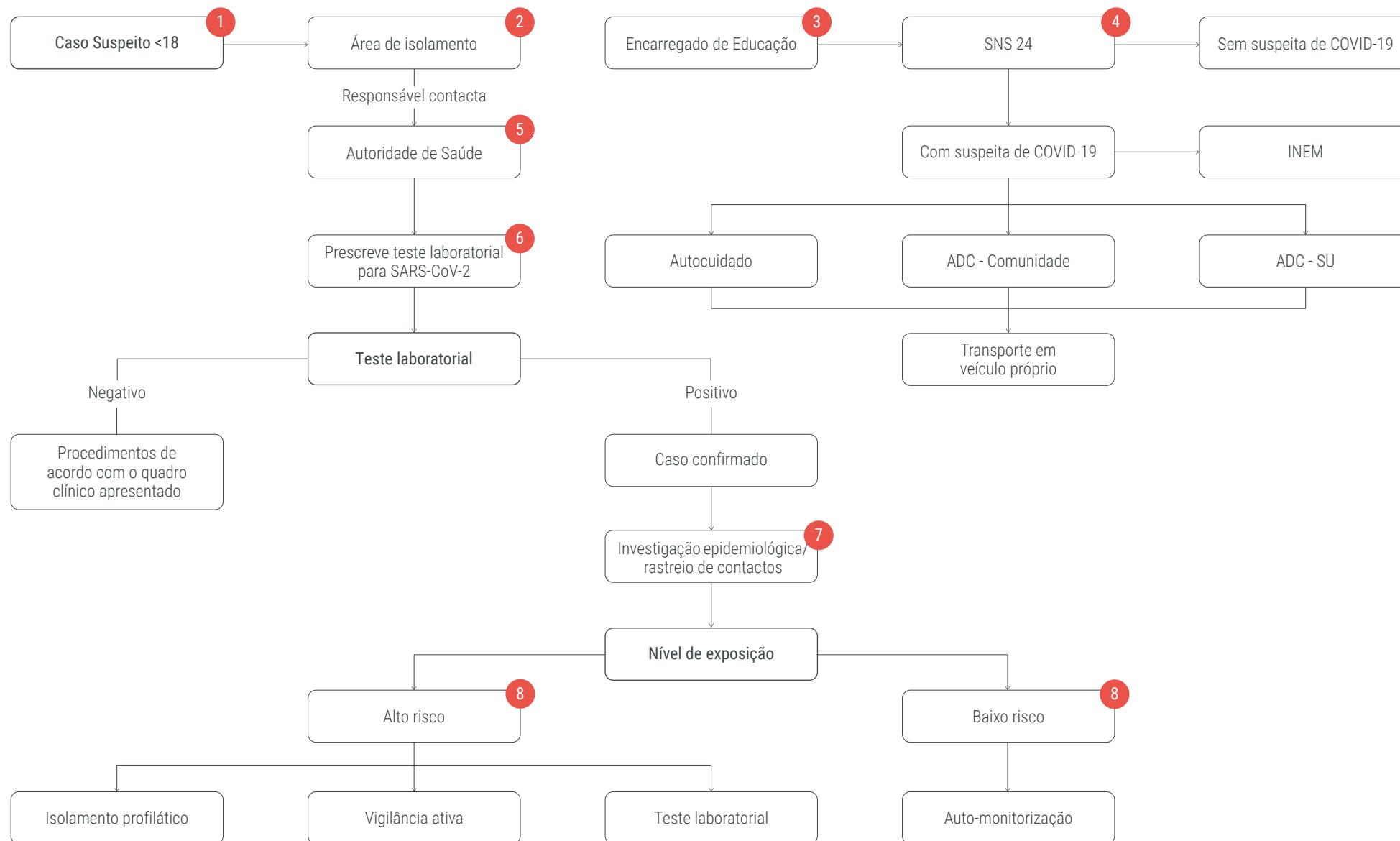
Não vais sozinho! Vais, cautelosamente, acompanhado por um auxiliar, devendo ser utilizados os itinerários definidos, segundo respetivo ciclo.

Aguarda no exterior até seres atendido.

A senhora enfermeira, após cuidada avaliação clínica, decide se vais ou não para a sala de isolamento.

SE FORES PARA A SALA DE ISOLAMENTO **(2)**:

- Mantém a distância de segurança e usa sempre máscara, de forma a garantir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face.
- A senhora enfermeira informa telefonicamente o teu Encarregado de Educação **(3)**, requisitando a sua presença na escola e, via telemóvel e e-mail, o Ponto Focal.
- Usando as proteções adequadas (máscara cirúrgica), aguardas na sala de isolamento a chegada do Encarregado de Educação, acompanhado pelo colaborador.
- O Encarregado de Educação dirige-se à enfermaria e recolhe os dados relativos ao educando. Segue para a sala de isolamento, acompanhado por alguém capacitado para tal.
- Uma vez na sala de isolamento, o Encarregado de Educação telefona para a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) **(4)** e segue as indicações que lhe forem transmitidas.
- No caso de suspeita confirmada, aluno e Encarregado de Educação devem aguardar por transporte providenciado pelo INEM na sala de isolamento ou seguir em viatura particular, consoante orientação da Linha SNS 24 (urgência hospitalar, cuidados de saúde primários ou isolamento domiciliário).
- O colaborador designado informa o Posto Clínico da decisão da linha saúde 24. O Posto Clínico, por sua vez, informa o Ponto Focal.
- O Ponto Focal contacta com Autoridade de Saúde Local **(5)** a informar o encaminhamento de caso suspeito.
- Em caso de confirmação de suspeita e encaminhamento do aluno para isolamento domiciliário ou testagem Covid-19, a Gestora do Processo inicia com a máxima celeridade a investigação interna para identificação de contactos diretos/indiretos do aluno em questão. Deverá para o efeito articular-se com a direção pedagógica e subsequente cadeia hierárquica assim como com a secretaria para obtenção dos dados considerados necessários.
- Sempre que a máscara esteja húmida, deverá ser substituída.
- O resultado do Teste Covid-19 (positivo/negativo) **(6)** deve ser comunicado pelo(a) próprio à instituição.
- Eventual tomada de decisão e atuação quanto a potencial investigação epidemiológica às cadeias de transmissão estará dependente da Autoridade de Saúde Local em articulação com o Ponto Focal.



ITINERÁRIO DE ACESSO À SALA DE ISOLAMENTO



11

TENHO UMA DOR DE CABEÇA. PRECISAREI DE IR À ENFERMARIA?

Há quantas horas já não comes? Tens ingerido água?

Antes de ires “a correr” para a enfermaria, fala com o/a assistente educativo/a do teu sector.

Se estiveres na sala de aula, deves avisar o teu professor. Ele vai chamar alguém que te ajudará.

As idas à enfermaria devem ser apenas para casos que, de facto, não possam ser resolvidas de outra forma.

Sempre que possível, a enfermaria deverá ser contactada, previamente, por telefone ou email, para agendamento de visitas de alunos ou colaboradores e sobre a(s) finalidade(s) das mesmas. Excetuam-se as situações de urgência.

SITUAÇÃO A EVITAR ENCAMINHAR PARA A ENFERMARIA:

- Feridas pequenas e superficiais (lavagem com soro para retirar sujidade, spray para feridas, secar com compressa o excesso e colocar penso);
- Dor de cabeça ligeira, verificar se existe muitas horas sem comer ou falta de ingestão de água e oferecer; em caso de melhoria, não necessita de ir à enfermaria;
- Trauma ligeiro, que não seja cabeça, aplicar batom de arnica e, se possível, gelo;
- Sangramento do nariz, pessoa sentada, cabeça direita (não colocar para trás), pressão forte no nariz logo abaixo do osso nasal (na estrutura mole do nariz) aguardar uns minutos, se não estancar ou for muito sangue, vai à enfermaria;

MEDICAÇÃO ORAL DE ALUNO:

Por motivos que se prendem com a necessidade de concentrar recursos e cuidados na gestão do quadro de emergência COVID-19, a enfermaria deixa de poder assegurar o serviço de administração da medicação oral prescrita solicitada pelos encarregados de educação. Esta deve ser programada para o domicílio, a horas não coincidentes com o horário letivo.

12

NA PAPELARIA, NO BAR, NA BIBLIOTECA.

A papelaria é pequena! Deves ter o cuidado de esperar pela tua vez.

No Bar, deves seguir também as indicações que estão colocadas no chão. De qualquer modo, evita ter de recorrer a este espaço e traz o teu lanche de casa, caso contrário gastarás todo o tempo do teu intervalo na fila!

Em qualquer dos espaços, evita usar dinheiro. Privilegia o uso do cartão de estudante ou multibanco, desde que tenha saldo!

A BIBLIOTECA APENAS TEM CAPACIDADE PARA 37 UTILIZADORES.

Os lugares que poderão ser usados estão indicados com o símbolo.

Desinfetar todos os computadores, mesas e cadeiras sempre que forem utilizados pela comunidade.

Todos os documentos que forem devolvidos após a sua requisição ficarão de quarentena por um período de 72 horas, em caixa isolada, na casa de banho adaptada para pessoas com limitação motora. Este espaço foi escolhido porque o seu acesso é facilmente controlado.

As datas de entrada dos documentos ficarão registadas de forma a garantir-se o cumprimento da quarentena.

Far-se-á uma lista dos livros em quarentena, evitando-se assim o contacto direto com os documentos durante esse período.





Confirmar que todos os alunos colocam o gel desinfetante à entrada e saída, uma vez que é impossível garantir a quarentena de todos os documentos que são consultados dentro da biblioteca.

Impedir que a comunidade utilize a Biblioteca como ponto de encontro. Deverão ser escolhidos, no seu lugar, os espaços exteriores.

Os sanitários serão desinfetados após cada utilização.

13

VAMOS COMER. COMO PROCEDER?

Na cantina, deverás ter atenção ao horário de acesso. Cada ciclo tem horas específicas para almoçar. E, por vezes, no mesmo ciclo, há anos de escolaridade que também têm horários específicos.

Lembra-te que deves lavar as mãos antes de ires para a cantina. Ah! E usar sempre máscara (só podes tirar a máscara quando estiveres sentado e durante o tempo em que estiveres a comer; nessa altura, deves guardar a máscara numa bolsa ou saco; o ideal será trocar de máscara e usar uma nova/lavada após a refeição)!

Além das mãos, vais também desinfetar o calçado no tapete da entrada.

Aguarda a tua vez e segue as orientações dos colaboradores dos Salesianos.

Muito importante também é leares o teu cartão de estudante. Facilita a tua entrada, pois se não o leares, tens de esperar pelo fim da fila! E facilita o trabalho do colaborador e a celeridade na entrada.

Só deves pegar no tabuleiro quando este estiver completo.

Se desejares repetir, vão dar-te outro prato. Se desejares mais água ou sumo, terás um copo novo.

Apenas te poderás sentar nos lugares disponíveis para esse efeito, mantendo o distanciamento.

A refeição deverá ser consumida o mais depressa possível, permitindo que outros colegas possam sentar-se.

Entre cada utilização, o espaço será desinfetado. Para que tudo funcione bem, terás no teu tabuleiro um cartão que deves deixar em cima da mesa, no lugar que ocupaste. Este gesto permitirá identificar aquele espaço como um lugar a desinfetar.

NÃO VOU ALMOÇAR AO REFEITÓRIO... TROUXE COMIDA DE CASA.

Não há problema! Preparamos uma tenda gigante para ti... com capacidade para cerca de 200 lugares sentados, com garantia de afastamento regulamentar entre eles e dotada de ar condicionado e estufas para manter quente a tua refeição.

As regras de acesso e frequência são idênticas às que vigoram na Cantina e o pessoal de serviço cooperará para garantir o seu cumprimento.

Já agora, bom apetite.

14

POSSO IR PARA A PASTORAL?



O espaço físico da pastoral fica circunscrito ao coordenador e aos seus colaboradores diretos. Apenas estes poderão permanecer no seu interior.

A redistribuição dos colaboradores pelo espaço físico salvaguarda a distância de segurança e proteção dos mesmos.

O acesso livre e a permanência no interior a pessoas estranhas ao serviço não são permitidos, salvo algumas exceções:

- Por necessidade de atendimento e esclarecimento de assuntos relacionados com a pastoral.
- Por convocação por parte da equipa de pastoral.

PERMANÊNCIA NO INTERIOR:

Caso se justifique, por atendimento ou reunião, as pessoas deverão estar providas dos meios de proteção e higiene pessoal, mantendo as medidas comportamentais, de higiene e de etiqueta respiratória aconselhados pela DGS e previstos no presente Plano de Contingência.

A permanência e ajuntamento no interior da pastoral não deverão exceder o número de pessoas e o tempo aconselhados pela DGS e por este plano de contingência.

Após a permanência de pessoas estranhas ao serviço e sempre que necessário dever-se-á proceder às respetivas medidas de higienização

15

FINAL DO DIA. ATÉ AMANHÃ!

O dia foi grande e cheio de desafios... Deixa os teus livros e outros materiais arrumados no cacifo (2.º e 3.º Ciclos) ou por baixo da tua mesa (E. Secundário).

Deverás manter o uso da máscara até casa, se fores de transportes públicos. Mantém o distanciamento. Cuida de ti e estarás a cuidar de todos.

NÃO TE ESQUEÇAS DE AVISAR OS TEUS PAIS QUE...

Se forem à escola, não se esqueçam também da máscara, de higienizar as mãos e manter a distância social... também quando te forem buscar;

O trânsito! Ai que stress diário! Bem, o melhor mesmo é evitá-lo.

Não adianta ficarem irritados com o trânsito quando te levarem à Escola ou te forem buscar. Sabes, somos muitos! E quando todos queremos o mesmo... a paciência é a melhor aliada. Estamos todos nisto. Por isso, podemos ser simpáticos uns com os outros.

