



PARÓQUIA DE Nª SRª
DOS NAVEGANTES,
PARQUE DAS NAÇÕES

PLANO DE CONTINGÊNCIA COVID-19

PARÓQUIA DO PARQUE DAS NAÇÕES
[CATEQUESE]

EDIÇÃO 02 DE 03-10-2020

A revisão deste documento é efetuada sempre que sejam emitidas pelas Autoridades orientações, normas ou legislação que impliquem a correção do conteúdo desta edição. A alteração é evidenciada com o nº de edição e data da mesma.

Conteúdo

1. INTRODUÇÃO	3
2. A PARÓQUIA DO PARQUE DAS NAÇÕES	3
3. A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)	4
4. A TRANSMISSÃO DA COVID-19	4
5. O QUE É UM CASO SUSPEITO	5
6. DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO	5
7. RESPONSABILIDADES	7
8. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO (se detetado na paróquia)	8
9. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS	10
10. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO/CONFIRMADO (se detetado fora da paróquia)	11
11. USO DE MÁSCARAS NA COMUNIDADE	12
12. MEDIDAS DE PREVENÇÃO	12
13. MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESPECÍFICAS	13
13.1 CENTRO PASTORAL, ESPAÇOS COMUNS	13
13.2 CENTRO PASTORAL, SALAS DE CATEQUESE E REUNIÃO	14
13.3 CATEQUISTAS E SESSÃO DE CATEQUESE PRESENCIAL	14
13.4 SALA DE ISOLAMENTO	15
13.5 HIGIENIZAÇÃO	15
13.6 INFORMAÇÃO AOS PAIS	16
Documentação	17
Anexo I – Fluxos de informação	18
Anexo II – Plano de higienização das áreas do Centro Pastoral/ Catequese	20
Anexo III – Folhetos e cartazes DGS	21

1. INTRODUÇÃO

O presente documento tem por objetivo divulgar os pontos essenciais do Plano de Contingência para a Catequese da Paróquia do Parque das Nações no que se refere à Doença por Coronavírus (COVID-19) aprovado pela Direção da Catequese. Fornece informação a transmitir aos catequistas, encarregados de educação, crianças, adolescentes e jovens sobre esta nova doença, sobre as medidas de prevenção e procedimentos a adotar no controlo desta infeção, principalmente perante a identificação de casos suspeitos e/ou confirmados. As medidas preventivas estabelecidas têm em consideração as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies/ objetos contaminados).

Este plano de Contingência para a Catequese e em especial no que se refere à forma como agir em situação de suspeita ou contágio pela Doença por Coronavírus (COVID-19), foi desenvolvido com base nas orientações da Direção Geral da Saúde (DGS) (Orientação nº006/2020), Referencial Escolas – Controlo da transmissão de Covid-19 em contexto escolar (DGS) e na melhor evidência científica disponível até ao momento.

Este plano de contingência será atualizado sempre que necessário, nomeadamente pela existência de novas recomendações ou imposições por parte das autoridades competentes. A informação sobre as recomendações e procedimentos estabelecidos no Plano de Contingência para a Doença por Coronavírus (COVID-19) para a Catequese será amplamente divulgada, através dos meios mais adequados.

A Direção da Catequese está comprometida com a proteção da saúde e a segurança das crianças, jovens e catequistas, tendo também um papel importante a desempenhar na limitação do impacto negativo deste surto na comunidade.

2. A PARÓQUIA DO PARQUE DAS NAÇÕES

A Paróquia do Parque das Nações situa-se na zona norte da freguesia com o mesmo nome, no Passeio do Levante, em Lisboa.

O responsável pela paróquia é o Senhor Cônego Paulo Franco.

Além da Igreja de Nossa Senhora dos Navegantes, a Paróquia tem um Salão paroquial e um edifício que engloba a Residência Paroquial, a Sede de Escuteiros e o Centro Pastoral, onde se desenvolvem as atividades dos grupos paroquiais, incluindo a catequese da infância e adolescência.

A catequese paroquial é frequentada por cerca de 750 crianças e adolescentes dos 6 aos 16 anos, e tem um corpo de cerca 75 catequistas. As atividades da catequese desenvolvem-se de 2ª a 6ª feira entre as 17 h e as 20 h e ao sábado entre as 10 h e as 12.30 h. Esporadicamente há sessões de catequese para grupos específicos ao domingo. Cada grupo de catequese reúne uma vez por semana em períodos até 45 minutos (contexto COVID-19). A dimensão dos grupos de catequese varia de 8 a 20 crianças ou adolescentes com um ou dois catequistas por grupo.

A gestão das atividades de catequese é assegurada pela Direção da Catequese, constituída pelo Pároco, um Diácono Permanente, um Seminarista e três Catequistas. Com a Direção colaboram os Coordenadores de ano de catecismo/ projeto SayYes/ catecumenado, num total de 10 catequistas.

As famílias que frequentam esta paróquia são na sua maioria residentes no Parque das Nações, havendo outros casos de residência em freguesias vizinhas incluindo de concelhos vizinhos de Lisboa.

3. A DOENÇA POR CORONAVÍRUS (COVID-19)

Os coronavírus são uma família de vírus conhecidos por causar doença no ser humano e são bastante comuns em todo o mundo. A infeção origina sintomas inespecíficos como tosse, febre ou dificuldade respiratória, ou apresenta-se como doença mais grave, a pneumonia.

O novo coronavírus (SARS-CoV-2), agente causador da doença COVID-19, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na Cidade de Wuhan (China). Embora o epicentro da epidemia tenha ocorrido em Wuhan, província de Hubei (China), o risco de infeção não se limitou a Wuhan, propagando-se rapidamente por todo mundo tendo sido declarada como pandemia pela Organização Mundial de Saúde em 11 de março de 2020.

O período de incubação do novo coronavírus é de 2 a 14 dias. Isto significa que se uma pessoa permanecer bem 14 dias após contactar com um caso confirmado de doença por coronavírus (COVID-19), é pouco provável que tenha sido contagiada.

Após exposição a um caso confirmado de COVID-19, podem surgir os seguintes sintomas:

- Dificuldade respiratória;
- Tosse;
- Febre.

De forma geral, estas infeções podem causar sintomas mais graves em pessoas com sistema imunitário mais fragilizado, pessoas mais velhas, e pessoas com doenças crónicas como diabetes, cancro e doenças respiratórias.

4. A TRANSMISSÃO DA COVID-19

Pelo que é conhecido de outros coronavírus, a transmissão da COVID-19 acontece quando existe contacto próximo (perímetro até 2 metros) com uma pessoa infetada. O risco de transmissão aumenta quanto maior for o período de contacto com uma pessoa infetada. As gotículas produzidas quando uma pessoa infetada tosse ou espirra constituem secreções respiratórias que podem conter o vírus, sendo por isso a via de transmissão mais importante. Existem duas formas através das quais uma pessoa pode ficar infetada:

- As secreções podem ser diretamente expelidas para a boca ou nariz das pessoas em redor (perímetro até 2 metros) ou podem ser inaladas para os pulmões;
- Uma pessoa também pode ficar infetada ao tocar em superfícies ou objetos que possam ter sido contaminados com secreções respiratórias e depois tocar na sua própria boca, nariz ou olhos.

5. O QUE É UM CASO SUSPEITO

A classificação de um caso como suspeito de doença por coronavírus (COVID-19) deve obedecer a critérios clínicos e epidemiológicos. A definição seguinte é baseada na informação atualmente disponível no Centro Europeu de Prevenção e Controlo de Doença (ECDC):

- Doente com infeção respiratória aguda (início súbito de febre ou tosse ou dificuldade respiratória), sem outra etiologia que explique o quadro + história de viagem ou residência em áreas com transmissão comunitária ativa, nos 14 dias antes do início de sintomas;

OU

- Doente com infeção respiratória aguda + contacto com caso confirmado ou provável de infeção por SARS-CoV-2 ou COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas;

OU

- Doente com infeção respiratória aguda grave, requerendo hospitalização, sem outra etiologia.

6. DEFINIÇÃO DA ÁREA DE ISOLAMENTO

A colocação de uma criança, jovem ou catequista suspeito de infeção por COVID-19 numa área de isolamento visa impedir que outras crianças, jovens ou catequistas possam ser expostos e infetados. Esta medida tem como principal objetivo evitar a propagação de uma doença transmissível.

Para o efeito foi estabelecida como área de isolamento no Centro Pastoral da Paróquia do Parque das Nações a Sala Rainha dos Mártires, na ala sul do 1º piso.

Na área de isolamento deve estar afixado:

- o fluxo de atuação perante um caso suspeito de COVID-19 durante a catequese (**Anexo I**);
- Cartaz ilustrativo sobre colocação e remoção de luvas, máscara e outros equipamentos de proteção individual
- contactos das entidades externas: SNS 24
- contactos de catequistas e responsáveis paroquiais e da secretaria

Esta área está equipada com:

- Cadeira de fácil higienização (para descanso e conforto do caso suspeito de infeção por COVID-19)
- Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- Solução antisséptica de base alcoólica (SABA);
- Toalhetes de papel;
- Máscara(s) cirúrgica(s);
- Termómetro;
- KIT EPI para o adulto acompanhante no caso de crianças ou jovens:
 - Luvas descartáveis de nitrilo
 - Máscara cirúrgica ou FFP2 (se o caso suspeito não tolerar a máscara)

- Protetores de calçado descartável;
 - Viseira / proteção ocular
 - Avental descartável impermeável
-
- Dístico para a porta da sala – *Aguarda limpeza /não usar + Limpa/pode usar*
 - Dístico para a porta da casa de banho - *Aguarda limpeza /não usar + Limpa/pode usar*
 - Dístico(s) para porta da sala de catequese - *Aguarda limpeza /não usar*

Importante: A utilização da sala de isolamento requer que o adulto acompanhante tenha consigo o seu telemóvel pessoal com bateria carregada.

7. RESPONSABILIDADES

Catequista	Nome	Contacto telemóvel	Tarefas/ responsabilidades
Responsável Operativo Plano Contingência Catequese (PCC)	Fátima Soledade	969081232	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicar com a Autoridade de Saúde Local; • Comunicar com Coordenadores de ano/ projeto; • Reunir informação de casos suspeitos identificados na catequese ou fora desta; • Reunir informação dos contactos próximos (intragrupo) • Verificar condições da sala de isolamento; • Fazer relatório semanal (nº casos, contactos próximos, grupo(s) afetado(s), influência na catequese do(s) grupo(s));
Coordenador de catecismo (ano) / Catecumenado (C)	1º/Ana Filipa Pires 2º/ M ^o do Céu Teixeira 3º/Fátima Ventura 4º/Elsa Lima 5º/Ana Vinagre 6º/M ^o João Franco C/ Isabel Andrade	962308113 964702669 917339296 968065446 926676847 962059177 965303501	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicar com Responsável Operativo do PCC; • Comunicar com os catequistas; • Reunir informação de casos suspeitos identificados na catequese ou fora desta; • Ter a lista atualizada das crianças/adolescentes (contacto dos pais) do respetivo catecismo/ano; • Contactar os pais/ encarregados de educação em caso de impedimento do catequista do grupo; • Apoiar Responsável Operativo em caso de impedimento deste.
Coordenadores de Projeto Say Yes	Diácono João Correia Natália Calças Carolina Ribeiro Alexandre Nunes	917945173 912222002 963442927 919835939	<ul style="list-style-type: none"> • Apoiar Responsável Operativo em caso de impedimento deste.
CATEQUISTAS	Todos	-	<ul style="list-style-type: none"> • Ter a lista atualizada das crianças/adolescentes (contacto dos pais) do seu grupo; • Ter sempre atualizada a lista de presenças em sala por sessão; • Informar e comunicar com os Pais; • Comunicar com Coordenadores de ano/ projeto; • Aplicar medidas de prevenção específicas (ponto 13).
Pais / Encarregado de educação	Todos	-	<ul style="list-style-type: none"> • Informar o catequista das diligências com SNS24 se filho/ educando foi caso suspeito na catequese; • Informar catequista se a criança/ adolescente desenvolveu sintomas nas 48h imediatas à sessão de catequese; • Informar o catequista sobre ocorrências alheias à catequese (doença confirmada ou isolamento preventivo por exposição na escola ou família); • Informar e justificar motivo de faltas; • Não levar o filho/ educando à catequese se este apresenta a febre, tosse ou dificuldade respiratória; • Em caso suspeito confirmado, comunicar à Autoridade de Saúde o contacto do Responsável Operativo do PC da catequese paroquial.

8. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO (se detetado na paróquia)

Na situação de **caso suspeito** que ocorra durante a sessão de catequese:

- O catequista encaminha a criança/ adolescente para a sala de isolamento definida seguindo os trajetos indicados no Centro Pastoral.
- O catequista que faz o acompanhamento (exceto se portador de alguma co - morbidade que o impeça) deve cumprir as precauções básicas de prevenção e controlo da infeção sendo responsável pela adequada utilização dos meios de proteção disponíveis na sala de isolamento.
- O catequista contacta o encarregado de educação da criança/ adolescente para que se desloque de imediato à Paróquia para cuidar do filho/ educando e contactar o SNS24, preferencialmente ainda na paróquia. Até à chegada do encarregado de educação, a criança ou o jovem ficará na sala de isolamento acompanhada por um adulto (ver acima);
- O catequista contacta os restantes encarregados de educação para anteciparem a recolha dos seus educandos.
- Os restantes elementos do grupo do caso suspeito, deverão permanecer na sala, devendo aguardar a chegada dos encarregados de educação, a quem o catequista entregará as crianças/ adolescentes.
- Quando o caso suspeito se tratar de um catequista este deve abandonar o Centro Pastoral, contactar o SNS24 e proceder de acordo com as indicações que lhe forem dadas. Deverá ser assegurado que todos os pais/ encarregados de educação são avisados da ocorrência com o catequista e devem vir buscar o seu filho / educando. Até à chegada daquele, a turma ficará a cargo de outro catequista. O catequista “caso suspeito” avisa o Coordenador de ano não só da necessidade de abandonar a sessão de catequese como dos posteriores trâmites após contactos com SNS24.
- O caso suspeito deverá permanecer na área de isolamento (com máscara cirúrgica, desde que a sua condição clínica o permita), até à chegada do encarregado de educação, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste caso com outras crianças, adolescentes, jovens, ou adultos no edifício nessa altura. Devem ser evitadas deslocações adicionais do caso suspeito validado nas instalações. No caso da extrema necessidade de deslocação à casa de banho, esta já não deverá ser mais usada até se proceder à sua limpeza e desinfeção (colocar dístico).
- O Pai/ encarregado de educação contacta a Linha SNS24 (808 242424), e procede de acordo com as indicações fornecidas dando conhecimento ao catequista (figura 1).
- **Importante:** O catequista deve indicar ao Pai/ EE os contactos, nome e telemóvel, do Responsável Operativo do Plano de Contingência da Catequese para fornecer à Autoridade de Saúde em caso de necessidade.

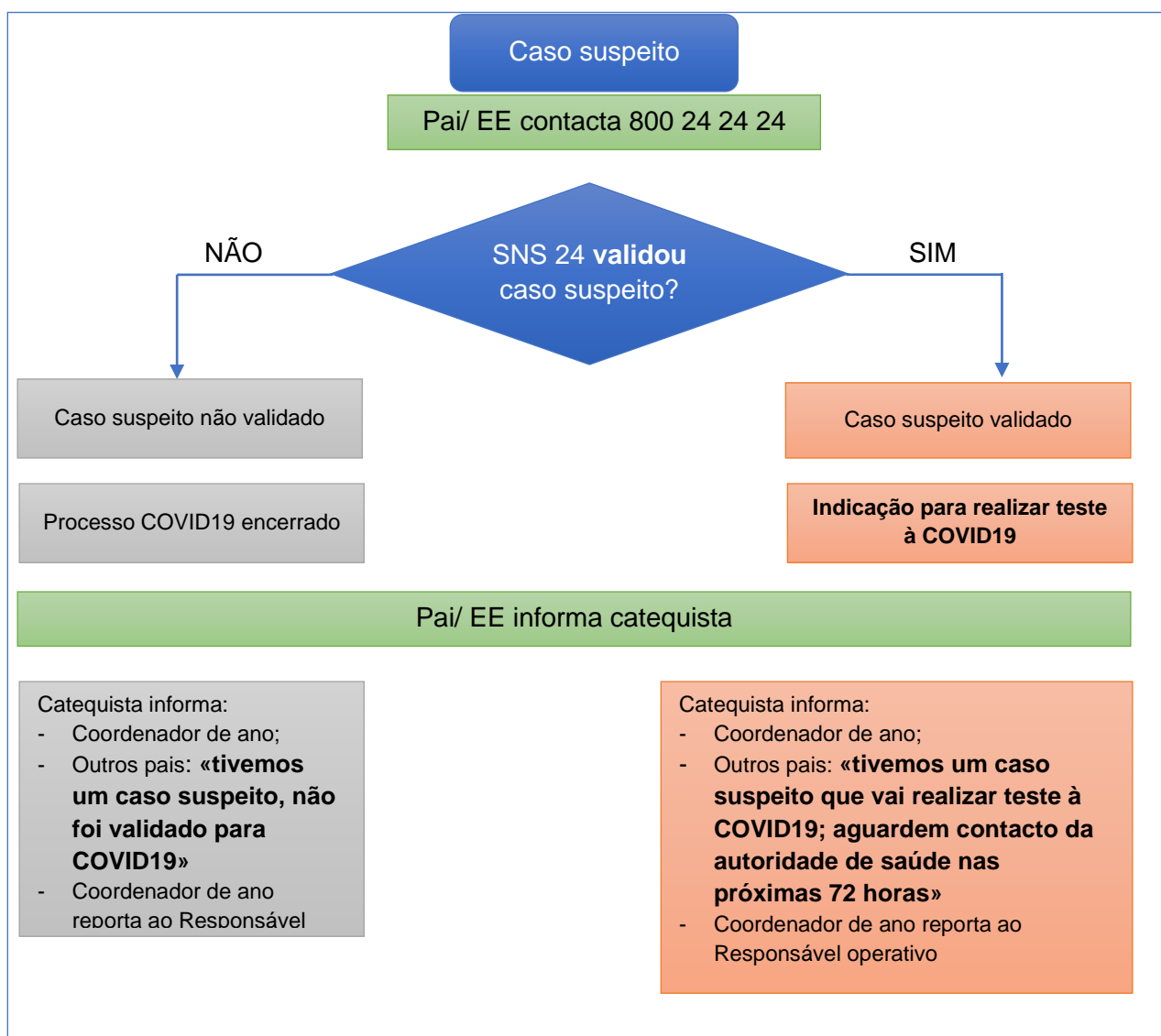


Figura 1. Ciclo de contactos em caso suspeito.

Importante: Nas 12h seguintes, o catequista envia os dados (nome, contacto telefónico Pai/ EE) das crianças, adolescentes, jovens e catequistas que integram o respetivo grupo do caso suspeito ao Coordenador de ano/projeto que posteriormente envia informação ao Responsável Operativo PCC para que esteja disponível em caso de necessidade de ser reportado à Autoridade de Saúde local, de forma a facilitar a aplicação de medidas de saúde pública aos contactos de alto risco (contacto próximo).

- ⇒ Se o **caso não for confirmado**, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais do plano contingência da Catequese, incluindo limpeza e desinfeção da área de isolamento.
- ⇒ Se o **caso for confirmado**, cabe exclusivamente à Autoridade de Saúde contactar os contactos próximos e dar instruções.

Sobre a Sala de isolamento, deve ainda ser atendido o seguinte:

- A sala de isolamento é de acesso restrito ao caso suspeito e ao acompanhante;
- Reforçar a limpeza e desinfecção das superfícies utilizadas pelo caso suspeito;
- Dar especial atenção à limpeza e desinfecção do local onde inicialmente estava o caso suspeito (espaço de catequese); neste caso a sala ficará interdita aos grupos seguintes até concluída a desinfecção;
- Os resíduos produzidos pelo caso suspeito e todo o material descartável utilizado pelo adulto acompanhante devem ser acondicionados em dois sacos de plástico resistentes, fechados antes de retirados da sala.
- Ao sair da sala, deixar janela aberta (ou oscilo-batente), fechar a porta.
- Providenciar a limpeza e desinfecção da área de isolamento (independentemente da confirmação ou não de doença);

9. PROCEDIMENTOS NA VIGILÂNCIA DE CONTACTOS PRÓXIMOS

A vigilância dos contactos próximos será da competência da Autoridade de Saúde Local previamente notificada devendo os encarregados de educação e catequistas aguardar pelo seu contacto e recomendações.

Considera-se contacto próximo uma pessoa que não apresenta sintomas no momento, mas que teve ou pode ter tido contacto com um caso confirmado de COVID-19. O tipo de exposição do contacto próximo, determinará o tipo de vigilância. O contacto próximo com caso confirmado de COVID-19 pode ser de:

⇒ **Alto risco de exposição**, definido como:

- Criança, adolescente, jovem ou catequista do mesmo grupo do caso suspeito ou confirmado;
- Criança, adolescente, jovem e adulto que esteve sem máscara a menos de 2m de distância por mais de 15 minutos do caso suspeito ou confirmado;
- Criança, adolescente, jovem ou catequista que possa ter partilhado com o caso suspeito/confirmado algum objeto passível de estar contaminado.

⇒ **Baixo risco de exposição (casual)**, definido como:

- Criança, adolescente, jovem ou catequista que teve contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado (ex. em movimento/circulação durante o qual houve exposição de gotículas/secreções respiratórias através de conversa cara-a-cara inferior a 15 minutos, tosse ou espirro);
- Adulto que prestou assistência ao caso confirmado, desde que tenha seguido as medidas de prevenção (ex. utilização adequada da máscara e luvas; etiqueta respiratória; higiene das mãos).

Além do referido em pontos anteriores, perante um **caso confirmado** de infeção por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de

sintomatologia. Para efeitos de gestão dos contactos, a Autoridade de Saúde Local em estreita articulação com o Responsável Operativo, deve:

- Identificar, listar e classificar os contactos próximos (incluindo os casuais) de um caso de COVID-19, preferencialmente nas 12 horas seguintes à identificação do caso, incluindo os contactos no Centro Pastoral (catequizandos, catequistas, funcionários da secretaria da Paróquia e da catequese), os coabitantes e contactos de outros contextos (ex. escola ou locais de atividade desportiva) que possam ser relevantes (Norma n.º 015/2020 da DGS).
- Proceder ao necessário acompanhamento dos contactos (telefonar diariamente, informar, aconselhar e referenciar, se necessário).
- O período de incubação estimado da COVID-19 é de 2 a 14 dias. Como medida de precaução, a vigilância ativa dos contactos próximos decorre durante 14 dias desde a data da última exposição ao caso confirmado.

É importante sublinhar que:

- Se se verificarem sintomas da COVID-19 e a criança, adolescente, jovem ou catequista estiver na catequese, devem-se iniciar os **PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO**;
- A auto monitorização diária, visa a avaliação da febre (medir a temperatura corporal duas vezes por dia e registar o valor e a hora de medição) e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar;
- Se nenhum sintoma surgir nos 14 dias decorrentes da última exposição, a situação fica encerrada para COVID-19.

10. PROCEDIMENTOS NUM CASO SUSPEITO/CONFIRMADO (se detetado fora da paróquia)

O Encarregado de Educação deve proceder de acordo com as orientações dadas pela Paróquia e reforçadas pelo Catequista não levando à catequese o seu educando, contactar a Saúde 24 (808 24 24 24) e informar o catequista dos resultados dessa diligência.

A sequência de procedimentos, a partir daí, coincidem com o definido para caso suspeito ocorrido durante a catequese – ver ponto 8.

Os contactos entre paróquia e a Autoridade de Saúde Local/Unidade de Saúde Pública Local são sempre realizados através do Responsável Operativo deste plano.

A Autoridade de Saúde Local, apoiada pela Unidade de Saúde Pública Local, assegura a investigação epidemiológica (in loco, se necessário):

- Inquérito epidemiológico;
- Rastreio de contactos;
- Avaliação ambiental.

- De acordo com a avaliação de risco efetuada, a Autoridade de Saúde Local informa os contactos de alto e de baixo risco fornecidos pelo Responsável Operativo, sobre quais as medidas individuais e coletivas a implementar, nomeadamente:
 - Isolamento de contactos;
 - Suspensão das atividades de catequese presenciais do grupo, dos grupos no mesmo horário, ou no limite, de toda a atividade catequética presencial;
 - O rastreio de contactos deve ser iniciado prontamente após a confirmação de um caso de COVID-19, preferencialmente nas 12 horas seguintes à identificação do caso, incluindo os contactos no Centro Pastoral (catequizandos, catequistas, funcionários da secretaria da Paróquia e da catequese), os coabitantes e contactos de outros contextos (ex. escola ou locais de atividade desportiva) que possam ser relevantes (Norma n.º 015/2020 da DGS).

11. USO DE MÁSCARAS NA COMUNIDADE

De acordo com a Informação nº 009/2020 emitida pela DGS deve ser considerada a utilização de máscara de proteção na comunidade, de forma a limitar a propagação da COVID-19.

Existem 3 tipos de máscaras:

- a) Respiradores (Filtering Face Piece, FFP): equipamento de proteção individual destinado aos profissionais de saúde, de acordo com a Norma 007/2020 da DGS;
- b) Máscaras cirúrgicas: dispositivo que previne a transmissão de agentes infecciosos das pessoas que utilizam a máscara, para as restantes;
- c) Máscaras não-cirúrgicas, comunitárias ou de uso social: dispositivos de diferentes materiais têxteis, destinados à população geral, não certificados.

Como medida de proteção adicional ao distanciamento social, à higiene das mãos e à etiqueta respiratória, nos espaços interiores da Paróquia, é obrigatória a utilização de máscara a todos maiores de 9 anos.

É aconselhada a utilização de máscara nos seguintes casos:

- Todas as crianças dos 6 aos 9 anos, quando permanecem no interior do Centro Pastoral e na sala de catequese;
- No exterior dos edifícios, sempre que não seja possível cumprir um distanciamento de 2 metros entre adultos, jovens, adolescentes e crianças maiores de 9 anos.

12. MEDIDAS DE PREVENÇÃO

Para prevenção e controlo da propagação da doença, a Catequese do Parque das Nações deverá adotar as seguintes medidas gerais:

- Sempre que uma criança, adolescente, jovem tenha febre e/ ou tosse e/ou dificuldades respiratórias e/ ou problemas gastrointestinais não deve participar na sessão de catequese presencial. O Encarregado de educação deverá informar a catequista do motivo da ausência.
- Sempre que um catequista tenha febre e/ ou tosse e/ou dificuldades respiratórias e/ ou problemas gastrointestinais não deverá realizar sessões presenciais de catequese devendo informar o Coordenador de ano do motivo da ausência.
- Com recurso a sinalética e cartazes ilustrativos distribuídos pelas áreas interiores e de acesso, sensibilizar crianças, adolescentes, pais, catequistas e restantes colaboradores para os quatro fatores de responsabilidade individual:
 1. Higienização das mãos (ex. lavar as mãos com água e sabão durante pelo menos 20 segundos; se estes não estiverem disponíveis utilize um desinfetante para as mãos que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas; sabão e água devem ser usados preferencialmente se as mãos estiverem visivelmente sujas).
 2. Respeitar etiqueta respiratória (ex. evitar tossir ou espirrar para as mãos; tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel; higienizar as mãos após o contacto com secreções respiratórias);
 3. Utilização de máscara cirúrgica (incluindo a higienização das mãos antes de colocar e após remover a máscara);
 4. Manter distanciamento físico, evitando saudações entre amigos com toque (apertos de mão, o beijo e os abraços).

13. MEDIDAS DE PREVENÇÃO ESPECÍFICAS

Para prevenção e controlo da propagação da doença COVID-19, nas atividades de Catequese da Paróquia do Parque das Nações, são implementadas as medidas específicas que incluem espaços comuns, salas de catequese, sala de isolamento, recomendações aos catequistas, higienização das áreas e informações aos pais/ encarregados de educação.

13.1 CENTRO PASTORAL, ESPAÇOS COMUNS

- Uso de máscara obrigatório (+ 9 anos) mas aconselhável aos mais novos;
- Sinalização do sentido de circulação de forma a minimizar cruzamentos de pessoas;
- Acesso permitido apenas aos grupos da catequese, funcionários paroquiais e equipa pastoral, durante os períodos da catequese, 2ª a 6ªf entre 17h-20h e ao sábado entre 10h-13h: A entrada no Centro Pastoral faz-se pela porta principal. A escada interna só tem o sentido de subida ao 1º piso (salas de catequese); A saída do Centro Pastoral faz-se pela escada externa com acesso pelo hall de acesso à Residência Paroquial (junto ao Bar no rés-do-chão, junto às casas de banho no 1º piso);
- Desfasamento da hora de início e fim das sessões de catequese presencial de forma a gerir o nº de pessoas em circulação ao mesmo tempo;

- Disponibilização de dispensadores de solução alcoólica nos espaços comuns;
- Definição de uma área de isolamento – Sala Rainha dos Mártires, Piso 1;
- Divulgação de informação em suporte físico e digital;
- Implementação de Plano de Higienização (13.4);
- Instalações sanitárias com água, sabão líquido com dispositivo doseador e toalhetes de papel de uso único.

13.2 CENTRO PASTORAL, SALAS DE CATEQUESE E REUNIÃO

- Desinfetar as mãos com solução alcoólica antes da entrada na sala;
- Uso de máscara obrigatório (+ 9 anos) mas aconselhável aos mais novos;
- Respeitar a lotação máxima por sala conforme indicado na entrada da mesma;
- **Assegurar o arejamento da sala, mantendo a porta e as janelas abertas durante a ocupação;** algumas janelas têm posição oscilo-batente que deverá permanecer aberta após saída dos últimos ocupantes do dia;
- Manter a organização do espaço assegurando distanciamento mínimo de 1 metro entre ocupantes;
- Não partilhar objetos ou material pessoal;
- Assegurar a circulação dos grupos na entrada e na saída das salas minimizando os cruzamentos.

13.3 CATEQUISTAS E SESSÃO DE CATEQUESE PRESENCIAL

- Ter sempre atualizada e acessível a lista dos contactos de pais/ encarregados de educação;
- Disponibilizar o seu contacto pessoal aos pais/ encarregados de educação das crianças/ adolescentes do seu grupo;
- Dispor de telemóvel com bateria carregada;
- Ter lista de presenças por sessão (data) sempre preenchida;
- Receção das crianças/ adolescentes à entrada do Centro Pastoral (no exterior do mesmo) ou na garagem em dias de chuva;
- Para garantir que não se criam aglomerados na entrada é necessário pontualidade;
- Deve ser definida uma planta da sala (marcação de lugares);
- Programar as atividades considerando que não deve haver partilha de materiais;
- A saída é feita pela escada externa (acesso da Residência Paroquial); verificar que todas as crianças são entregues aos pais/ encarregados de educação no exterior do portão (fachada sul do edifício);
- Verificar estado da sala e condições das janelas; reportar qualquer anomalia;

- **No fim da sessão, higienizar superfícies (mesas, braços das cadeiras) e materiais, manípulos de portas e janelas, com solução desinfetante e papel** (existentes nas salas), posteriormente eliminado para o lixo;
- Se se desencadear um caso suspeito na sua sala encaminhar a criança/ adolescente para a sala de isolamento; alertar catequista de outra sala para acompanhar o seu grupo e proceder conforme descrito no ponto 8 deste plano;
- Quando existir um caso suspeito, após saída do restante grupo, e da higienização das superfícies, é fechada a porta e colocado o dístico «*Aguarda limpeza – não usar*».

13.4 SALA DE ISOLAMENTO

- Manter as janelas na posição oscilo-batente e fechar a porta;
- Na sala está apenas um KIT EPI para o acompanhante e máscaras cirúrgicas para suspeito e acompanhante;
- Desinfetar termómetro em cada utilização (se for para medição na axila) – utilizar Álcool 70%;
- Desinfetar viseira - utilizar Álcool 70%;
- Deixar todos os materiais descartáveis utilizados, copos, garrafas de plástico, embalagens no contentor de resíduos da sala;
- Contentor de resíduos preparado com dois sacos;
- Seguir a sequência para vestir e despir os EPIs;
- Quando sair da sala, fechar a porta e colocar dístico «*Aguarda limpeza– não usar*». Independentemente da higienização e desinfeção posterior, após cada utilização, pulverização com álcool 70º ou solução desinfetante da mesa e cadeira, puxadores, maçanetas da sala.
- Entregar/enviar ao Pai dados da Paróquia – Contacto do Responsável Operativo (telemóvel, nome) – para informar Autoridade de Saúde **como contacto próximo do filho no caso deste vir a ser identificado como suspeito confirmado.**

13.5 HIGIENIZAÇÃO

O Centro Pastoral é limpo diariamente, por via húmida, antes do início das atividades.

No **Anexo II** consta o mapa de higienização das áreas do Centro Pastoral, incluindo-se modo de limpeza ou desinfeção, produtos utilizados e frequência.

É da responsabilidade da Funcionária de Limpeza executar as limpeza e desinfeção conforme descrito no mapa de higienização. Em colaboração com o Responsável da empresa prestadora dos serviços de limpeza, a Direção da Catequese assegura a formação da funcionária sobre a preparação e utilização dos produtos de limpeza e desinfeção, riscos associados, equipamento de prevenção a utilizar e circunstâncias.

Salas de catequese/ reunião:

No fim da utilização da sala de catequese, os catequistas e grupos, são responsáveis pela pulverização com álcool 70º ou solução desinfetante das mesas e cadeiras ou braços de cadeiras, puxadores, maçanetas; limpar com papel.

Sala de isolamento/ sala de catequese com caso suspeito na véspera:

- Independentemente da higienização e desinfecção posterior, após cada utilização, pulverização com álcool 70º ou solução desinfetante das mesas e cadeiras, puxadores, maçanetas da sala.

Instalações sanitárias

- A lavagem e desinfecção diárias das casas de banho – sanitários e pavimento.

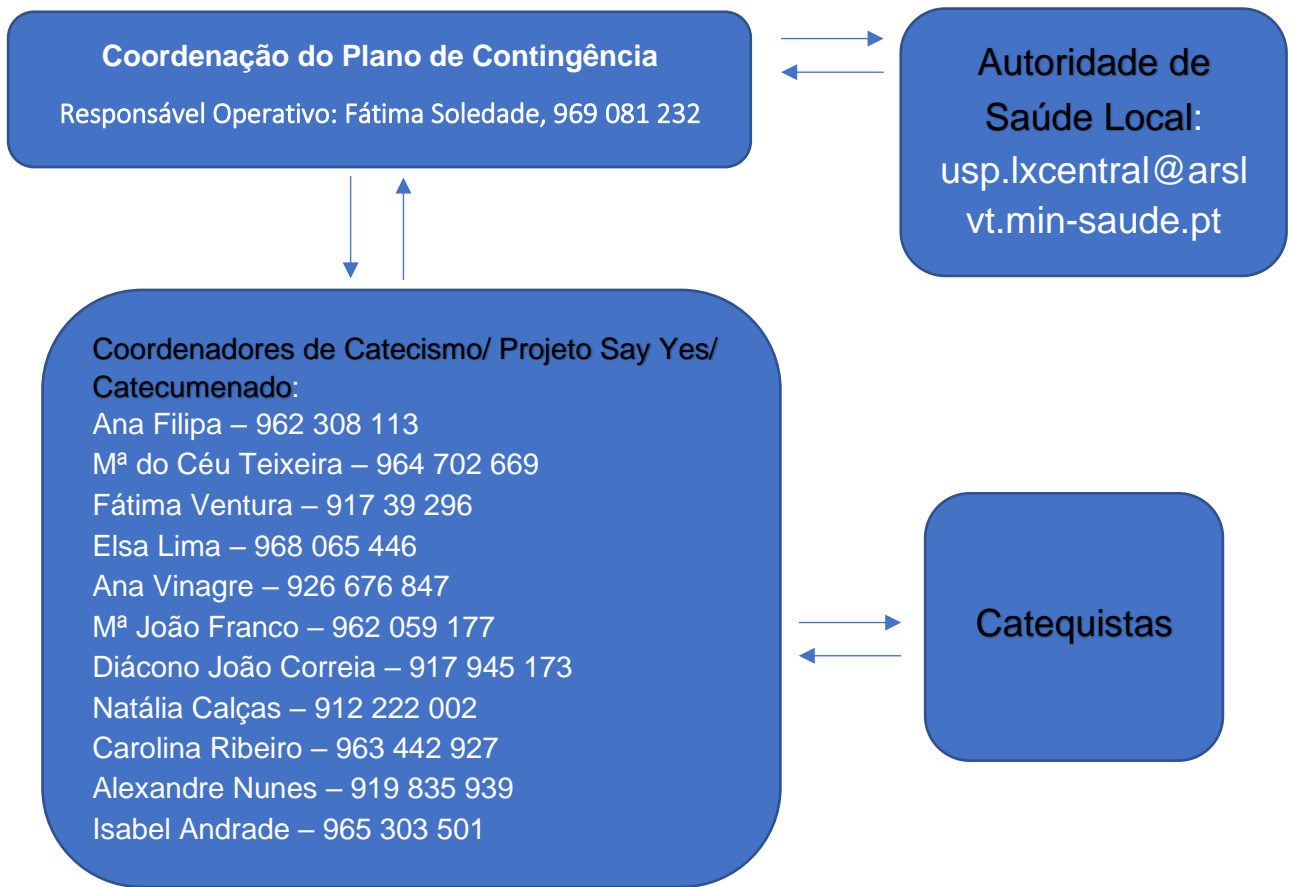
13.6 INFORMAÇÃO AOS PAIS

- Uso de máscara obrigatório (+ 9 anos) mas aconselhável aos mais novos, em todos os espaços no interior e no exterior, quando não for possível assegurar distanciamento;
- Acesso permitido apenas aos grupos da catequese, funcionários paroquiais e equipa pastoral, durante os períodos da catequese, 2ª a 6ªf entre 17h-20h e ao sábado entre 10h-13h; (exceto se necessidade do pai se deslocar à Sala de Isolamento);
- Receção das crianças/ adolescentes à entrada do Centro Pastoral (exterior) ou na garagem;
- Para garantir que não se criam aglomerados na entrada é necessária pontualidade;
- A saída é feita pelo portão na fachada sul do Centro Pastoral (exterior);
- Assegurar que o seu filho traz o seu catecismo e Bíblia (a partir do 4º catecismo) e um elemento de escrita ou outros materiais solicitados pelo catequista, uma vez que não poderá haver partilha de materiais;
- Os pais/ encarregados de educação são responsáveis por:
 - Informar o catequista das diligências com SNS24 se foi caso suspeito na catequese;
 - Informar catequista se a criança/ adolescente desenvolveu sintomas nas 48h imediatas à sessão de catequese;
 - Informar o catequista sobre ocorrências alheias à catequese (doença confirmada ou isolamento preventivo por exposição na escola ou família);
 - Informar e justificar motivo de faltas;
 - Não levar o filho/ educando à catequese se este apresenta a febre, tosse ou dificuldade respiratória;
 - Em caso suspeito confirmado, comunicar à Autoridade de Saúde o contacto do Responsável Operativo do PC da catequese paroquial.

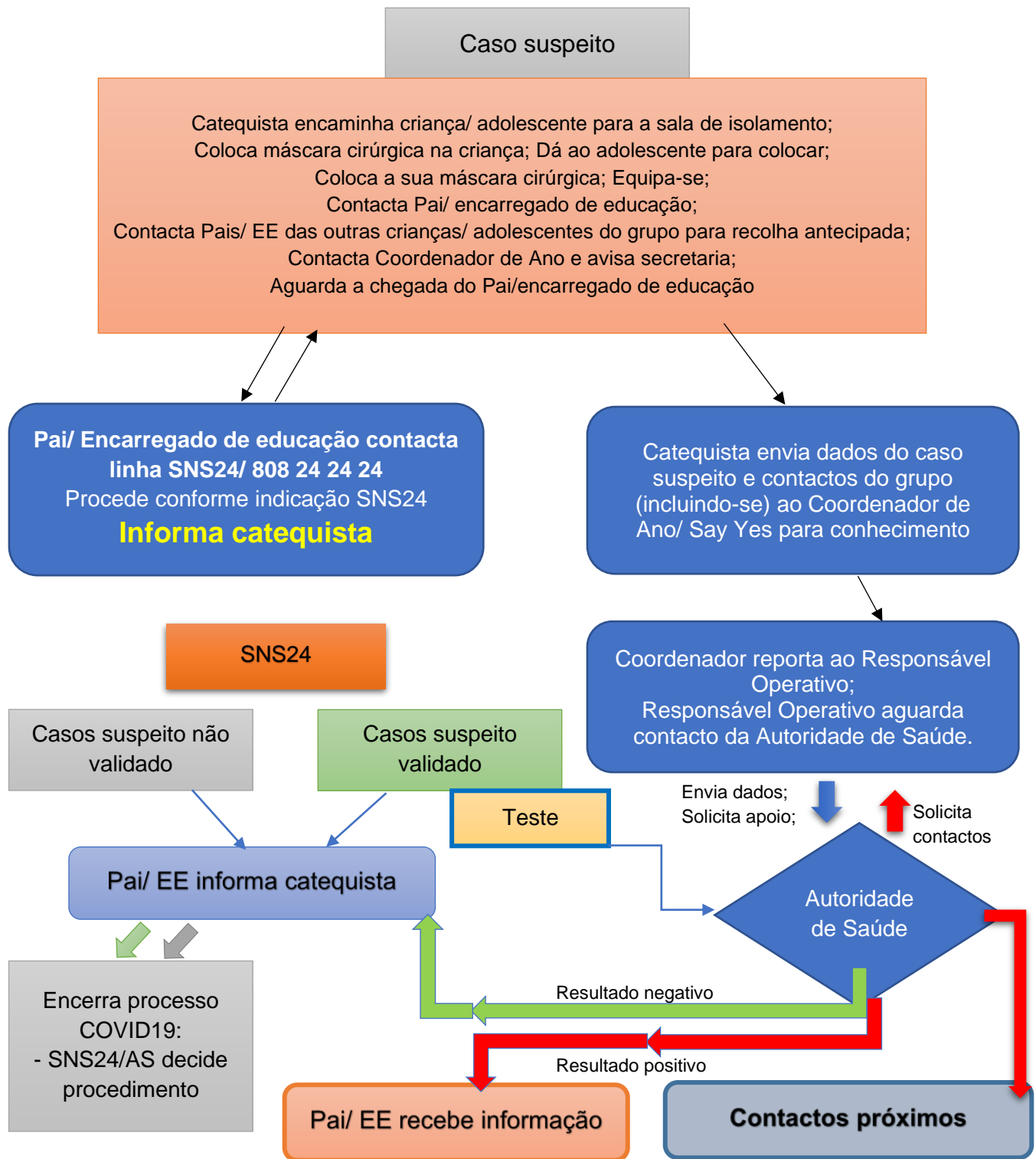
Documentação

- Plano de contingência para as Paróquias – catequese.net, Patriarcado de Lisboa Sector da Catequese
- DGS (2020) Referencial Escolas- Controlo de transmissão COVID-19 em contexto escolar
- DGS (2020) Norma nº004/2020, atualizada 31/08/2020 - COVID-19: FASE DE MITIGAÇÃO Abordagem do Doente com Suspeita ou Infecção por SARS-CoV-2
- DGS (2020) Norma nº007/2020, 29/03/2020 - Prevenção e Controlo de Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19): Equipamentos de Proteção Individual (EPI)
- DGS (2020) Orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 – Infecção por SARS-CoV-2 (COVID-19) Limpeza e desinfecção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares
- DGS (2020) Orientação nº 032/2020 de 14/06/2020 - Medidas de Prevenção e Controlo em Centros de Atividades de Tempos Livres (CATL)
- DGS (2020) Orientação nº 023/2020 de 08/05/2020, atualizada a 20/07/2020 - Procedimentos em estabelecimentos de restauração e bebidas
- DGS (2020) Orientação nº 024/2020 de 08/05/2020 atualizada a 20/07/2020 – Regresso ao Regime Presencial dos 11.º e 12.º Anos de Escolaridade e dos 2.º e 3.º Anos dos Cursos de Dupla Certificação do Ensino Secundário (cartazes máscara, lavagem mãos, etiqueta respiratória)
- Decreto-Lei nº 10-A/2020, de 13 de março de 2020 - Estabelece medidas excecionais e temporárias relativas à situação epidemiológica do novo Coronavírus - COVID 19
- Resolução do Conselho de Ministros nº33-C/2020, de 30 de abril de 2020 - Estabelece uma estratégia de levantamento de medidas de confinamento no âmbito do combate à pandemia da doença COVID 19
- Resolução do Conselho de Ministros nº53-D/2020, de 20 de julho 22 de 2020 - Estabelece medidas excecionais e temporárias para a organização do ano letivo 2020/2021, no âmbito da pandemia da doença COVID-19

ANEXO I – FLUXOS



Organigrama simples em caso de desenvolvimento de caso suspeito durante a catequese



ANEXO II - PLANO DE HIGIENIZAÇÃO DAS ÁREAS DO CENTRO PASTORAL/ CATEQUESE

Local/ equipamento	Frequência limpeza	Limpeza	Detergente	Frequência desinfecção	Desinfecção	Desinfetante	Observações
Puxadores, maçanetas, corrimões, interruptores	Mínimo uma vez por dia;	Lavagem com água e detergente doméstico Pano húmido	Detergente doméstico	Após cada utilização	Pulverização com álcool 70º ou solução desinfetante; Papel	Álcool 70º ou solução desinfetante equivalente	Executado pelo catequista
Sala da catequese ou reunião ou gabinete Mesas, cadeiras plástico, braços de cadeiras	Mínimo uma vez por dia;	Lavagem com água e detergente doméstico Pano húmido	Detergente doméstico	Mínimo uma vez por dia;	Aplicar solução de lixívia fraca (1/100) Esperar 10 minutos Enxaguar com água quente Secar ao ar	Base: lixívia comercial 5%; Preparar solução de lixívia 1/100: - Para cada 1Litro de solução juntar 10 ml lixívia a 990 ml água	Pode ser usado detergente com adição de desinfetante para facilitar higienização e desinfecção (ex: lixívia com detergente)
Pavimento Espaços comuns, sala da catequese ou reunião ou gabinete	Mínimo uma vez por dia;	Lavagem com água e detergente doméstico Balde e esfregona		Mínimo uma vez por dia;			
Sala de Isolamento	Sempre que utilizada	Arejar a sala mínimo 20 minutos antes de executar a higienização					Utilizar panos, balde e esfregona dedicados a estas áreas
Sala de isolamento Mesa, cadeira plástico		Lavar com água e detergente doméstico; Pano húmido	Detergente doméstico	Sempre que utilizada	Aplicar solução de lixívia forte (1/50) Esperar 10 minutos Enxaguar com água quente Secar ao ar	Base: lixívia comercial 5%; Preparar solução de lixívia 1/50: - Para cada 1Litro de solução juntar 20 ml lixívia a 980 ml água	
Sala de isolamento Pavimento		Lavar com água e detergente doméstico; Balde e esfregona					
Instalações Sanitárias Torneira, lavatório Sanita	Mínimo uma vez por dia;	Lavar com água e detergente doméstico; - 1ª torneiras, 2ª lavatório; sanita em último; interior de sanita detergente e piaçaba; tampos e exterior detergente em pano;	Detergente doméstico	Mínimo uma vez por dia;	Passar papel/ pano húmido com álcool 70º ou solução desinfetante	Álcool 70º ou solução desinfetante equivalente	
Instalações Sanitárias Pavimento	Mínimo uma vez por dia;	Lavar com água e detergente doméstico; Balde e esfregona	Detergente doméstico	Mínimo uma vez por dia;	Aplicar solução de lixívia forte (1/50) Esperar 10 minutos Enxaguar com água quente Secar ao ar	Base: lixívia comercial 5%; Preparar solução de lixívia 1/50: - Para cada 1Litro de solução juntar 20 ml lixívia a 980 ml água	

*EPs para funcionário de limpeza quando desinfecção de salas onde esteve caso suspeito: luvas resistentes aos detergentes, bata impermeável descartável ou avental impermeável por cima da farda; máscara cirúrgica; proteção ocular.

ANEXO III – FOLHETOS INFORMATIVOS DGS

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 CATEQUISTA OU À TUA FAMÍLIA

NOVO | NEW | 新型 冠状病毒

CORONAVÍRUS 2019-nCoV

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS | 建议

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com lenço de papel ou com o antebraço

When coughing or sneezing, cover your mouth and nose with tissue paper or with your forearm

咳嗽或打喷嚏时，用纸巾或手臂掩住嘴巴和鼻子

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution

经常用肥皂水或含酒精的溶液洗手

Evite contacto próximo com pessoas com infeção respiratória

Avoid close contact with people suffering from respiratory infections

避免与有呼吸道感染患者密切接触

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE
IF IN DOUBT, CALL
若有任何疑问，请直接电话询问

SNS 24

808 24 24 24

Técnica de Higienização das mãos com Solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou água e sabão

Fricção anti-séptica das mãos

1a Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir toda a superfície

1b

2 Esfregue as palmas das mãos uma na outra

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

4 As palmas das mãos com dedos entrelaçados

5 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com dedos entrelaçados

6 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotatório, entrelaçado na palma direita e vice-versa

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

8 Enxague as mãos com água

9 Secar bem as mãos com toalha descartável

10 Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual

11 Agora as suas mãos estão seguras.

20-30 seg.

Lavagem das mãos

0 Molhe as mãos com água

1 Aplique o sabão suficiente para cobrir toda a superfície das mãos

Anexo 21 do Guia de Implementação

COVID-19 MÁSCARAS

COMO COLOCAR

- LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR
- VER A POSIÇÃO CORRETA: Verificar o lado correto a colocar (voltado para a cara) (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)
- COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS
- AJUSTAR AO ROSTO: Do nariz até abaixo do queixo
- NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS

DURANTE O USO

- TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA
- NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR
- NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA: Se o fizer, lavar as mãos de seguida

COMO REMOVER

- LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER
- RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/FELÁSTICOS
- DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA
- LAVAR AS MÃOS

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

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

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS