

A **Casa de Sequiade** com o registo nº 1413 , classificada como Turismo no Espaço Rural, atenta às novas necessidades provocadas pela atual pandemia existente (Covid-19), implementou um plano de contingência que reforça medidas sanitárias internas de higiene e limpeza para a prevenção e controlo da Covid-19. A casa adotou também todas as recomendações impostas pelo selo “Clean & Safe” (selo distintivo criado pelo Turismo de Portugal que certifica a casa como “limpa” e “segura”). O selo “Clean & Safe” está afixado na nossa casa garantindo que cumprimos todas as orientações da Direção Geral da Saúde e do Turismo de Portugal.



#### ❖ Protocolo Interno e Procedimentos de Higiene e Segurança

Embora a limpeza sempre tenha sido uma prioridade para nós e os nossos hóspedes, agora é mais importante do que nunca tentar reduzir a propagação da doença. De acordo com a DGS, uma pessoa pode contrair o COVID-19 tocando num objeto contaminado (como uma maçaneta da porta ou um interruptor), e o vírus pode viver em certas superfícies por várias horas ou dias. Por esse motivo, é essencial limpar e desinfetar superfícies que são frequentemente tocadas e implementar todas as medidas e procedimentos de higiene e segurança.

#### ❖ Formação a todos (as) os (as) colaboradores (as)

- A Casa disponibilizará este plano de contingência a toda a sua equipa e fará uma formação sobre as normas aqui presentes;

#### ❖ EPI's (Equipamentos de Proteção Individual)

A Casa disponibiliza à sua equipa os EPI's e materiais necessários ao desenvolvimento do seu trabalho em segurança, nomeadamente:

- Luvas;
- Máscara de proteção;
- Bata;
- Produtos de limpeza e higienização;
- Outros que se revelem apropriados.

A Casa disponibiliza aos seus hóspedes:

- Gel desinfetante em todas as áreas comuns, principais entradas.
- Estes pontos de desinfeção estão devidamente identificados.

## ❖ Higienização das Mãos, Etiqueta Respiratória e Distância de Segurança

Estas devem ser feitas de acordo com os esquemas que se encontram abaixo. Estas indicações estão afixadas junto dos dispensadores de álcool gel.



# Lavagem das mãos

Lave as mãos apenas quando estiverem visivelmente sujas.  
Nas outras situações use solução anti-séptica de base alcoólica (SABA).

Duração total do procedimento: 40-60 seg.



1 Molhe as mãos com água



2 Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



3 Estregue as palmas das mãos, uma na outra



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



5 Palma com palma com os dedos entrelaçados



6 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



7 Estregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



8 Estregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



9 Enxague as mãos com água



10 Seque as mãos com toalhete descartável



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



12 Agora as suas mãos estão seguras.

# NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

## Medidas de etiqueta respiratória



Ao TOSSIR ou ESPIRRAR não use as mãos, elas são um dos principais veículos de transmissão da doença. Use um **LENÇO DE PAPEL** ou o **ANTEBRAÇO**.



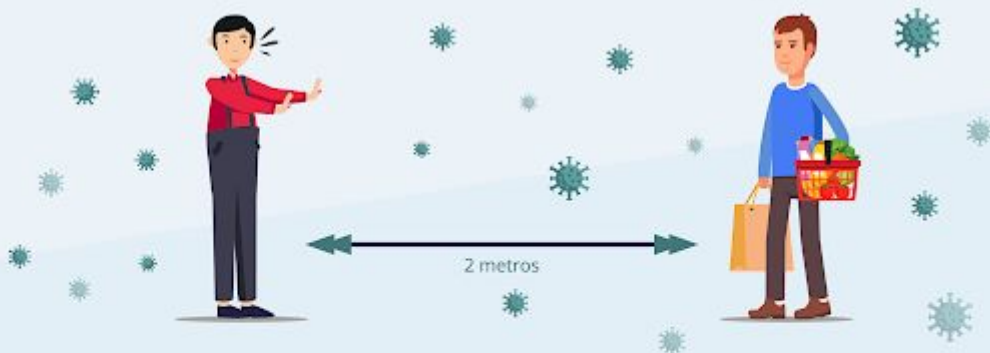
**DEITE O LENÇO AO LIXO** e **LAVE** sempre as mãos a seguir a tossir ou espirrar.

EM CASO DE SINTOMAS, LIGUE  **SNS 24** **808 24 24 24**



COVID-19

# Mantenha a distância de segurança de pelo menos 2 metros



#SEJAUMAGENTEDESALUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



## ❖ Procedimentos Internos

### Check In

- Aquando da chegada do hóspede à Casa, estará disponível equipamento próprio para monitorização da sua temperatura, que poderá repetir sempre que solicite, durante a estadia;
- O Horário de check in, enquanto vigorar o perigo de infeção por COVID 19, passa para as 16h30, no sentido de permitir proceder a todas as operações de arejamento, higienização e troca de roupas;
- Será feita uma breve explicação do plano de contingência da casa no momento do check-in, reforçando a informação que habitualmente era disponibilizada nos quartos. Será prestada informação também para a sinalética das zonas comuns.

### Check Out

- O check out na Casa será antecipado para as 11h00;
- O método preferencial de pagamento será por transferência bancária, quando feito antecipadamente;
- Deverá solicitar-se ao hóspede que deixe a janela aberta antes de sair do quarto.

### Limpeza dos quartos

- As entradas nos quartos só são feitas com os devidos EPI's ("KIT" completo – luvas, máscara, bata de proteção);
- O período de arejamento deve ser sempre o maior possível entre check-out e check-in;
- Em todos os casos a limpeza e higienização é precedida por um período de arejamento, no mínimo de 24 horas;
- A limpeza do quarto – Troca de estadia – inicia-se pelo arejamento e retirada das roupas sujas: Retirar lençóis, dobrando de fora para dentro, sem sacudir e colocar num saco, bem como roupas de casa de banho, fechar o saco devidamente. Retirar saco e fechar do lixo de WC. Os sacos devem ser encaminhados para os devidos locais, tentando sempre minorar o risco de exposição;
- A Limpeza do quarto, particularmente nas trocas de estadia, carece de uma limpeza profunda de todas as superfícies e materiais, com os materiais de higienização apropriados (produtos com álcool a 70º, ou solução de lixívia (com 5%de cloro) com 20ml para 980ml de água,
- Foram retirados os tapetes e almofadas decorativas de todos os aposentos.
- A utilização de aspiradores foi abolida.
- Os resguardos de colchões e almofadas serão mudados e colocados limpos aquando de cada utilização de cada quarto;

### Lavandaria

- Toda a roupa retirada das camas, das casas de banho e da cozinha é devidamente fechada em sacos plásticos industriais e enviada para lavandaria externa.
- As roupas do staff são lavadas separadamente, com temperaturas acima dos 60º.
- Os panos utilizados nas limpezas são lavados separadamente, com temperaturas acima dos 60º.

### Piscina

- A desinfecção da piscina é feita com base de cloro e restantes produtos, de acordo com as normas em vigor;
- As espreguiçadeiras terão de ser devidamente higienizadas a cada troca de grupo.

## ❖ Isolamento de Casos Suspeitos ou Confirmados COVID-19

Uma vez que o aluguer da nossa casa é feito a famílias, a quando do check-in serão dadas as seguintes indicações ao grupo:

- No caso de acontecer uma suspeita de infeção a pessoa em causa deve permanecer no quarto que anteriormente ocupava.
- Tem que, em seguida, contactar a linha de apoio SNS 24 **8082424** e seguir, criteriosamente, todas as instruções que lhe derem.
- Posteriormente têm que contactar com o proprietário e pô-lo ao corrente do acontecido.

No caso de acontecer uma situação de infeção o proprietário seguirá todas as indicações dadas pelo SNS no que respeita à desinfeção dos espaços de forma a garantir a salvaguarda dos restantes hóspedes e também dos colaboradores.

O armazenamento dos resíduos produzidos pelos doentes suspeitos de infeção em saco de plástico que, após fechado (ex. com abraçadeira) será segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

### **O Plano de Contingência deve assegurar a aquisição e disponibilidade de:**

- € Solução antisséptica de base alcoólica e respetivos dispensadores;
- € Informação sobre a correta higienização das mãos;
- € Máscaras cirúrgicas para utilização do colaborador/hóspede com sintomas (caso suspeito);
- € Máscaras cirúrgicas e luvas descartáveis, a utilizar enquanto medida de precaução, pelos colaboradores que prestam serviços na casa;
- € Contentor de resíduos com abertura não manual e saco plástico (com espessura de 50 ou 70 micron), junto dos locais onde há utilização de papel de secagem de mãos;
- € Detergente desengordurante e desinfetantes para higienização e limpeza dos revestimentos, equipamentos e utensílios, assim como objetos e superfícies que são mais manuseadas (exemplo: corrimões, maçanetas de portas, comandos, chaves, interruptores, etc).

#### **❖ Contactos úteis emergência:**

**Telemóvel Anfitrião da Casa: +351 919519865**

**Número Nacional de Emergência: 112**

**Linha SNS: 24 808 242 424**

**Responsável por acionar procedimento de emergência**

**Maria Margarida Amorim de Almeida Brandão Capelo  
( Contacto +351 919519865)**