

Outras informações

- Aumente as medidas de precaução sempre que utilizar máquinas ou equipamentos partilhados por outros utilizadores, lavando, desinfetado e/ou usando luvas descartáveis antes e após a sua utilização



- Evitar partilhar objetos de uso individual, tais como canetas, computadores, telemóveis, bem como Equipamentos de Proteção Individual (EPI's).

Se notar algum sintoma avise de imediato o interlocutor da Atar. Cumprindo as precauções de distanciamento social e higiene, aguarde instruções sobre o que fazer.



Av. Heróis de Angola, nº 76 2º C
2400 -153 Leiria

244 827 188 * 961 418 707

geral@atarservicos.pt

www.atarservicos.pt

GUIA PRÁTICO

COVID - 19


Proteja-se a si e aos outros!



Antes de se deslocar á Atar

- Tome as devidas precauções, de forma a proteger-se a si, á sua família e aos seu colegas.
- Deve proceder diariamente á medição da temperatura antes de sair de casa. Se apresentar temperatura acima dos 37.5°C, aguarde 15 minutos e volte a efetuar a medição.

Não de desloque á Atar se:

- Apresentar temperatura acima dos 37.5°C 
- Caso apresente algum dos seguintes sintomas, com ou sem febre:



- Esteve em contacto próximo com uma pessoa confirmada como caso COVID-19, ou com um caso suspeito.





Ao chegar á Atar

- Dirija-se preferencialmente pelas escadas em alternativa ao elevador;
- Caso tenhamos o seu consentimento, a sua temperatura será medida, sem registo, á chegada.
- Se a a sua temperatura estiver igual ou superior a 37.5°C será vedado o seu acesso e recomendado que comunique com a linha SNS24, através do numero 808 24 24 24. Proceda de acordo com as instruções que lhe forem comunicadas.

Medidas prevenção ATAR

- A Atar tem afixado o **plano de contingência** em todas as suas salas de formação;
- A Atar tem afixado em todas as suas salas de formação as **medidas preventivas** recomendadas pela DGS;
- A **lotação das salas está limitada**, os formandos e formador encontram-se com o distanciamento mínimo recomendado, seja na sala de formação seja nos intervalos;
- As salas de formação estão **equipadas com álcool gel**, sendo recomendada a sua utilização no inicio e final de cada sessão formativa;
- Os sanitários estão equipados com sabonete liquido e toalhetes;
- Antes do início da sessão é **medido a temperatura** ao formador e formandos;
- Antes do início de cada formação e **equipamentos afetos são limpos e higienizados**;
- No decorrer de intervalos ou pausa de almoço as mesas de trabalho e secretaria do formador , bem como sanitários são higienizados;
- Os formandos devem **permanecer sempre no mesmo lugar**;
- As limpezas são registadas na folha de controlo afixadas nas portas de cada sanitário;
- **Obrigatoriedade de mascara social** para formandos , formador e equipa da Atar;
- **Arejamento das salas de formação**; as sessões formativas decorrem de janela abertas e portas abertas de forma a garantir uma ventilação natural e adequado aos espaços formativos;
- A realização de **componente pratica será realizada individualmente** com marcação previa de horário por formando .
- A utilização de todos os equipamentos na **sessão prática é efetuado com luvas descartáveis**.

Durante a permanência na Atar

- Evite ao máximo contactos físicos com outras pessoas. É proibido todos os cumprimentos que envolvam contacto físico. 
- Procure manter o distanciamento recomendado (2 metros).
- É obrigatorio uso de máscara. 
- Não colocar a máscara em cima de mesas ou outras superfícies.
- Antes de colocar uma mascara, lave as mãos. Cubra a boca e o nariz com a mascara e verifique se não há espaços entre o rosto e a mascara.
- Evite tocar na mascara enquanto estiver a usar, se o fizer lave as mãos. Remova a mascara por trás, evitando tocar na parte da frente e lave as mãos posteriormente.
- Lave as mãos com frequência ou utilize o gel desinfetante de base alcoólica. 
- Cobrir a boca e nariz com lenço de papel ou parte interna do cotovelo empre que tossir ou espirrar.
- Se precisar e assoar-se use lenços de papel e deite-os no lixo. 
- Evite tocar nos olhos, boca e nariz. 