

PLANO DE PREVENÇÃO – COVID 19

Procedimentos pessoais, comuns e obrigatórios a todos os colaboradores:

- 1) **Higienização das mãos** – lavar as mãos frequentemente com água e sabão, durante pelo menos 20 segundos ou usar desinfetante para as mãos, que tenha pelo menos 70% de álcool, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas.
- 2) **Etiqueta respiratória** – tossir ou espirrar para o antebraço fletido ou usar lenço de papel, que depois deve ser imediatamente deitado ao lixo; Higienizar as mãos sempre após tossir ou espirrar e depois de se assoar; Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos.
- 3) **Conduta social** – alterar a frequência e a forma de contato entre trabalhadores e entre estes e os clientes, evitando (quando possível) o contato próximo, apertos de mão, beijos, postos de trabalho partilhados, reuniões presenciais e partilha de comida, ou utensílios, copos e toalhas.
- 4) **Medição da temperatura corporal** – à chegada ao local de trabalho e no regresso do intervalo para almoço ou lanche, será efetuada a medição obrigatória da temperatura corporal de todos os colaboradores, por meio de termómetro por infravermelho, sendo impedido de ingressar às instalações, caso se verifique temperatura corporal igual ou superior a 37,5 graus, sendo proibido qualquer tipo de apontamento de nomes e temperaturas, sendo uma medida circunscrita ao momento da medição. A recusa em se submeter à medição aqui descrita, será por defeito, considerada uma medição com 37,5 graus ou superior.

Colaborador Responsável para acionar procedimentos em caso de suspeita de infeção:

- 1) Fica responsável por acionar os procedimentos em caso de suspeita de infeção, o colaborador de serviço na receção, que funciona 24 horas por dia, consoante as definições e ações, descritas neste documento.

Cuidados a seguir nas receções:

- 1) Todos os colaboradores deverão fazer uso de máscaras ou viseiras e luvas, sempre que se verificar a presença de outros colegas ou hóspedes na receção;
- 2) O acesso à receção deverá ser limitado a duas pessoas em simultâneo;
- 3) Não se utilizará ar condicionado;
- 4) Todas as portas e janelas estarão sempre abertos e travados, 24 horas por dia;
- 5) A cada troca de turno, o colega que assume o turno, após equipar-se de máscara ou viseira e luvas, fará a completa desinfecção da estação de trabalho, utilizando produto desinfetante por aspersão, tendo especial cuidado com teclados, ratos, telefones e telemóveis, agraphadores, perfuradores, extratores de agraphes, lápis e canetas, maçanetas e puxadores de portas e janelas;
- 6) A cada atendimento no balcão da receção, o rececionista fará uma pulverização de desinfetante em toda a superfície do mesmo;
- 7) A cada utilização, o rececionista efetuará uma desinfecção do TPA de cartões de crédito ou débito;

PLANO DE PREVENÇÃO – COVID 19

- 8) Após cada atendimento, e sempre que necessário, o rececionista utilizará a pia da casa de banho da receção, para lavar e higienizar completamente as mãos, para tal utilizando o sabonete líquido, friccionando intensamente por pelo menos 30 segundos, antes de enxaguar;
- 9) No balcão da receção estará colocado um dispensador de produto desinfetante, por exemplo e dependendo de disponibilidade, álcool gel, álcool, ou em último caso, solução desinfetante com diluição de água sanitária;
- 10) Não poderão estar dois colegas a menos de 2 metros de distância física um do outro;
- 11) É proibido qualquer contato físico, tais como cumprimentos, apertos de mãos, abraços ou quaisquer outros;
- 12) Todos os colaboradores deverão estar muito atentos a colegas ou hóspedes, que apresentem sintomas como tosse e sinais de resfriado e ainda, especialmente reportes de febre;
- 13) A cada utilização das casas de banho públicas ou do pessoal, se fará a pulverização da sanita, tampa de sanita, botão do autoclismo, maçanetas, pia e torneiras ou manípulos, com produto desinfetante, disponível em cada casa de banho.

Cuidados a seguir na Governança (Governantas, camareiras):

- 1) Utilizarem sempre bata, calçados fechados, preferencialmente impermeáveis, máscara ou viseira e luvas;
- 2) Antes de iniciar a limpeza ou arrumação de um quarto, pulverizar solução desinfetante à base de lixívia em todas as maçanetas, pegas, puxadores ou alças (porta de entrada, porta da casa de banho, porta de varanda, janelas);
- 3) Abrir e travar abertas, todas as portas e janelas, promovendo a circulação de ar;
- 4) Prosseguir pulverizando solução desinfetante à base de lixívia, sobre a sanita, tampa da sanita, bidê, pias, bancadas de mármore, banheira, torneiras e manípulos, mecanismo de acionamento do autoclismo;
- 5) Aguardar 15 minutos pela ação do produto desinfetante;
- 6) Só então passar à rotina de limpeza, arrumação ou reposição de roupa, tudo em total conformidade com as boas práticas de limpeza e técnicas aplicáveis;
- 7) Todos os colaboradores deverão estar muito atentos a colegas ou hóspedes, que apresentem sintomas como tosse e sinais de resfriado e ainda, especialmente, reportes de febre. Sempre que isto se verifique, devem informar de imediato à receção;
- 8) Não se farão intervenções em quartos com os hóspedes dentro do mesmo, devendo serem os mesmos informados, de que devido ao Covid 19, se aplicam as normas do plano de contingência aqui descrito;
- 9) Não poderão estar dois colegas a menos de 2 metros de distância física um do outro;
- 10) É proibido qualquer contato físico, tais como cumprimentos, apertos de mãos, abraços ou quaisquer outros;
- 14) A cada intervenção num quarto de hóspede, a camareira ou governanta farão uma lavagem cuidada das luvas ainda calçadas, utilizando de solução desinfetante à base de lixívia, logo de seguida das mãos já com as luvas descalçadas, para tal utilizando o

PLANO DE PREVENÇÃO – COVID 19

sabonete líquido, friccionando intensamente por pelo menos 30 segundos, antes de enxaguar;

- 15) Fica proibido o uso de aspiradores de pó.
- 16) A roupa será recolhida sem movimentos bruscos, com cuidado extremo para não agitar ou sacudir, enrolando de fora para dentro, sem encostar ao corpo, devendo ser acondicionada de imediato em sacos plásticos, fechando-os de seguida, para seguirem direto à lavandaria, para tratamento.
- 17) Todos os insumos recebidos de fora, serão higienizados com solução desinfetante, antes de entrarem para a seção e de serem armazenados.
- 18) A lavagem de fardas, uniformes e aventais do pessoal, será realizada em separado, com temperatura mínima de 60 graus, com uso de lixívia.
- 19) O elevador será desinfetado todos os dias, sendo que os botões internos e os botões externos de chamada nos andares, serão desinfetados por aspersão, quatro vezes por dia, no início e final da manhã e ainda, no início e final da tarde.

Cuidados a seguir no restaurante, bar e cozinha:

- 1) Todos os colaboradores deverão usar uniformes limpos e lavados diariamente, trocando os aventais a cada serviço e sempre que necessário;
- 2) Todos os colaboradores deverão fazer uso de máscaras ou viseiras e luvas, sempre que se verificar a presença de outros colegas ou hóspedes no restaurante, bar ou cozinha;
- 3) Durante o processo de lavagem de louças e utensílios, a preparação de produtos frios na cozinha (sobremesas, saladas, vegetais crus, etc..), abastecimento e reposição das linhas de distribuição no restaurante (quente e fria), é sempre obrigatório o uso de máscara e luvas;
- 4) Não poderão estar dois colegas a menos de 2 metros de distância física um do outro;
- 5) É proibido qualquer contato físico, tais como cumprimentos, apertos de mãos, abraços ou quaisquer outros;
- 6) Todos os colaboradores deverão estar muito atentos a colegas ou hóspedes, que apresentem sintomas como tosse e sinais de resfriado e ainda, especialmente, reportes de febre. Sempre que isto se verifique, devem informar de imediato à receção;
- 7) Não se utilizará ar condicionado;
- 8) Todas as portas e janelas estarão sempre abertas e travados, 24 horas por dia, com exceção às portas de segurança, de controlo de acesso ou de áreas onde não estejam pessoas;
- 9) No bar e no restaurante, serão impedidas de utilizar por meio de cartazes colados, mesas intercaladas, por forma a reduzir em 50% (cinquenta por cento) a capacidade de lugares sentados e aumentar o espaçamento mínimo entre as pessoas;
- 10) Seguindo as normas previstas no HACCP e nas boas práticas de restauração e cozinha, seguir-se-á rigorosamente o cumprimento das mesmas, em especial a regra de passar todas as louças, talheres, utensílios em geral por máquina à quente e produtos de limpeza regulamentados;

PLANO DE PREVENÇÃO – COVID 19

- 11) No bar e restaurante, todas as mesas e cadeiras serão higienizadas ao final do serviço, com produto desinfetante, bem como após cada utilização por parte dos hóspedes, com rigor absoluto e cuidado extremo, sempre fazendo uso de luvas;
- 12) A cada intervenção numa mesa, o empregado de mesa fará uma lavagem cuidada das luvas ainda calçadas, utilizando de solução desinfetante à base de lixívia, logo de seguida das mãos já com as luvas descalçadas, para tal utilizando o sabonete líquido, friccionando intensamente por pelo menos 30 segundos, antes de enxaguar.
- 13) Sobremesas serão apresentadas individualizadas na banda fria;
- 14) O buffet frio de saladas e o buffet quente de pratos principais e guarnições, terão barreiras de acrílico, impedindo o contato ou a respiração dos comensais sobre a comida, sendo obrigatório o uso de luvas descartáveis para servir-se dos buffets, controlado permanentemente por um colaborador, que entregará a luva descartável a cada comensal, que será descartada no final da linha, em recipiente apropriado.
- 15) À entrada do bar e do restaurante, estarão dispensadores de produto desinfetante, por exemplo e dependendo de disponibilidade, álcool gel, álcool, ou em último caso, solução desinfetante com diluição de água sanitária.
- 16) A cada serviço, o piso do bar e restaurante serão completamente desinfetados, com produto homologado para tal.
- 17) Todos os insumos recebidos de fora, serão higienizados com solução desinfetante, antes de entrarem para a seção e de serem armazenados.

Cuidados a seguir na zona das piscinas:

- 1) Todo o equipamento da zona das piscinas (espreguiçadeiras, mesas de apoio, cadeiras, camas de rede, colchões, etc...) serão higienizados e desinfetados duas vezes por dia, uma no início da manhã, outra no início da tarde e sempre que necessário;
- 2) O controlo químico da qualidade da água das piscinas, será efetuado cumprindo-se as normas legais, por empresa especializada;
- 3) Jacuzzi, banho turco e sauna, estarão encerrados.