

LONGEVITY

HEALTH & WELLNESS HOTEL

ALVOR · ALGARVE

PROTOCOLO LONGEVITY DE SEGURANÇA & PREVENÇÃO 360º CONTRA A COVID-19

Como o ADN principal da marca Longevity é o *Wellness*, os nossos conceitos e programas visam a prevenção, reequilibrando disfunções, regenerando a saúde, estimulando o sistema imunológico e promovendo o bem-estar físico, mental e holístico. Sendo um *player* com conteúdo clínico de saúde e bem-estar nos seus serviços e programas, oficialmente registado nas autoridades de saúde, a Longevity já segue diretrizes muito rigorosas para a saúde e segurança dos nossos clientes.

O atual surto pandémico desencadeou um foco maior na prevenção, mitigação e gestão dos riscos em torno da COVID-19, o que levou à criação do Protocolo Longevity de Segurança & Prevenção 360º contra a COVID-19. A sua aplicação varia ligeiramente em função da localização de cada unidade Longevity, devido à instalação de infraestruturas físicas específicas, contudo todas elas são mais rigorosas do que o protocolo oficial “Clean & Safe” do Turismo de Portugal e da Direção Geral de Saúde. Aqui está um resumo aplicável ao Longevity Health & Wellness Hotel:

PROCEDIMENTOS DE RASTREIO

- Todos os funcionários do hotel serão rastreados diariamente para detetar sintomas (tosse, febre e dificuldade respiratória);
- Todos os membros da nossa equipa estão treinados para seguirem os nossos protocolos e procedimentos COVID;
- Todos os nossos hóspedes serão rastreados no check-in e aleatoriamente durante a estadia tendo em vista a deteção de sintomas;
- Todos os casos suspeitos serão imediatamente encaminhados para o Sistema Nacional de Saúde para efetuarem testes oficiais da COVID-19;
- Os hóspedes (com ou sem sintomas) que desejem submeter-se proactivamente a testes oficiais da COVID-19 numa base privada, poderão fazê-lo num laboratório privado previamente organizado com o hotel;
- Os hóspedes que apresentarem resultados positivos serão imediatamente colocados em quartos de quarentena específicos, em locais determinados, de maneira a ficarem distanciados dos restantes hóspedes e serão comunicados à Direção Geral de Saúde, que decidirá então como proceder em cada um dos casos;

PROCEDIMENTOS DE HIGIENE E DESINFEÇÃO

- Desenvolvimento de vários procedimentos em todas as áreas e departamentos para aumentar os possíveis níveis de higiene e desinfeção;
- Aumento da frequência de limpeza das áreas públicas e comuns e intensificação da desinfeção, especialmente em áreas de elevado uso;
- Aplicação de um procedimento frequente de lavagem das mãos, desinfeção diária dos uniformes e outros procedimentos diários de higiene e desinfeção do staff;
- Colocação de estações de desinfeção à base de álcool em vários pontos das áreas comuns do hotel.

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO

- Todo o staff do hotel irá trabalhar com máscaras certificadas. Quem estiver na linha da frente, como staff do Spa, Wellness, Médico e Housekeeping utilizará ainda viseira de proteção facial;
- Os hóspedes terão a possibilidade de adquirir no hotel máscaras reutilizáveis individuais certificadas;
- Para garantir uma distância segura entre os clientes, as atividades/aulas de grupo terão uma capacidade inferior de participantes;
- Todas as refeições, incluindo o pequeno-almoço, serão servidas no Pure Cafe. O pequeno-almoço terá horários definidos por grupo de hóspedes para garantir uma distância física mínima estabelecida pelas autoridades sanitárias;
- Haverá uma utilização controlada do ginásio, piscinas e áreas húmidas do Spa, de forma a garantir a distância física mínima definida pela Direção Geral de Saúde;

LONGEVITY

HEALTH & WELLNESS HOTEL

ALVOR · ALGARVE

• A grande maioria dos serviços Health & Wellness estarão disponíveis, podendo ocorrer limitações em alguns serviços pontuais, em linha com as recomendações da Direção Geral de Saúde.

SERVIÇOS DE SPA/BEM-ESTAR/MEDICINA QUE IMPULSIONAM O SISTEMA IMUNITÁRIO

- Aulas de grupo Longevity para o corpo e mente – Yoga, Pilates, Alongamentos e outras para melhorar o bem-estar geral, relaxamento e sono;
- Pequeno-almoço Longevity – se não estiver num programa estruturado de bem-estar, pode solicitar um pequeno almoço de bem-estar ou um batido Longevity para desintoxicar e impulsionar o seu sistema imunitário;
- Nutrição Longevity – Planos opcionais Longevity durante a sua estadia: dieta saudável e saborosa (sólida ou líquida) para o reforço do Sistema Imunitário (sujeita à aprovação do médico ou nutricionista, requer consulta);
- Consulta Longevity de Nutrição e Bem-Estar – dicas sobre alimentos e terapias holísticas para melhorar o Sistema Imunitário (inclui um plano alimentar personalizado para uma otimização regular e sustentável do Sistema Imunitário);
- Consulta de Medicina Integrativa Longevity – uma consulta de especialidade com o objetivo de avaliar o seu estilo de vida, fatores de risco e desequilíbrios, para sugerir diagnósticos integrativos e terapias para corrigir desequilíbrios, regenerar a saúde e impulsionar o sistema imunitário;
- Reequilíbrio Energético Longevity – Esta técnica corrige os desequilíbrios e desperta energias que nos conferem resiliência e melhoram a vitalidade do corpo, da mente e do espírito;
- Treino Personalizado Longevity – personalizado e focado nas diferentes necessidades do cliente.

PROGRAMAS ESTRUTURADOS LONGEVITY PARA O REFORÇO DO SISTEMA IMUNITÁRIO (RESERVADO ANTES DA CHEGADA)

O hotel oferece uma vasta gama de programas estruturados de saúde e bem-estar, concebidos em conjunto com os especialistas em medicina e bem-estar. Os programas Longevity foram desenhados de maneira a ajudarem os nossos hóspedes a desfrutarem de umas férias saudáveis, rejuvenescedoras e descontraídas na nossa companhia, cobrindo tópicos tais como Bem-Estar geral, Desintoxicação, Fitness, Perda de Peso, Reequilíbrio Emocional e Energético, Antis stress, Anti envelhecimento e Rejuvenescimento, entre outros. Mais informações detalhadas sobre os programas encontram-se no website do hotel ou através do e-mail reservations@longevityalvor.com.