



**PLANO DE RETOMADA DE ATIVIDADES
MEDIDAS DA ACADEMIA
CENTRO FÍSICO ANA MORENO
SEDE MARQUÊS DO HERVAL**

Protocolo obrigatório que institui o “Sistema de Distanciamento Controlado” para fins de prevenção e enfrentamento à pandemia causada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2) no Estado do Rio Grande do Sul:

PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS DE:

MUSCULAÇÃO;

Aulas de ABDOMINAL, BIKE INDOOR, LOCAL, TOTAL FIT, TREINAMENTO FUNCIONAL CORE 360°;

Danças: MIXDANCE e RITMOS;

Alongamento, flexibilidade e relaxamento: ALONGAMENTO; HATHA FLOW YOGA, YOGA AÉREO, MAT PILATES, PILATES COM BOLA, PILATES CLÁSSICO

DECRETO Nº 20.583, DE 19 DE MAIO DE 2020.

“...§ 13. Para efeito do disposto no inc. XXX deste artigo, a utilização de academias ou espaços privados para atividades físicas, inclusive nos clubes sociais, apenas deverá ocorrer de forma individualizada, sempre limitada a 1 (um) aluno a cada 16m² (dezesseis metros quadrados), podendo ser acompanhado por um profissional, observadas as regras de higienização e de ocupação previstas no art. 22 deste Decreto, no que couber...”

Retomada das atividades apenas com atendimento individual (um aluno por vez a cada 16m²) e agendamento prévio, preservando o distanciamento e evitando aglomeração de pessoas.

Horário de funcionamento: de acordo com aquele constante no contrato firmado com o Clube. Poderá o referido horário sofrer modificação em razão de que o Clube alterará, num primeiro momento, seu período de funcionamento.

O prestador de serviço instalado na ALJ obriga-se a:

- respeitar e instruir seus funcionários acerca das medidas preventivas de segurança de saúde no contexto da pandemia de COVID-19, além dos cuidados pessoais, tais como: uso de máscara* para acesso, circulação dentro do Clube e durante as aulas; lavagem das mãos com água e sabão imediatamente antes e após cada atendimento, além de higienização freqüente das mãos com produtos antissépticos durante o desempenho de suas tarefas, como álcool em gel 70%; manutenção e limpeza dos instrumentos de trabalho, bem como do modo correto de relacionamento com o público no período de emergência de saúde pública decorrente da COVID-19. Antes e após os atendimentos, deve-se dar preferência à lavagem com água e sabão. Álcool em gel deve ser usado como SUBSTITUTO quando não se tem acesso à água e sabão.

<<*Conforme o decreto estadual nº 55.240, o uso da máscara é obrigatório em locais externos e internos, visando reforçar os cuidados de prevenção ao novo coronavírus. A máscara é de responsabilidade de cada associado e deve ser utilizada em qualquer espaço do Clube.>>

- estar ciente e conscientizar seus funcionários de que o Clube realizará medição de temperatura com termômetro digital infravermelho, antes do acesso às dependências da ALJ, sendo que no caso de temperatura igual ou superior a 37,5°C, não será permitida a entrada, sendo recomendada a procura de serviço de saúde;

- estando o parceiro ou qualquer de seus funcionários com sintomas gripais ou de contaminação pelo novo coronavírus** (**apresentação de febre, tosse, dificuldade para respirar, produção de escarro, congestão nasal ou conjuntival, dificuldade para deglutir, dor de garganta, coriza, saturação de O₂ < 95%, sinais de cianose, batimento de asa de nariz, tiragem intercostal e de dispnéia), recomenda-se a imediata procura de serviço de saúde. Nesses casos, somente após avaliação e liberação médica o Clube liberará o retorno às atividades.

HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO

Respeitando ainda a recomendação da ACAD haverá interdição de alguns aparelhos, bloqueando um sim e outro não para manter o distanciamento regulamentar. A higienização geral das salas será realizada pelo menos uma vez por período em horários a serem definidos. Os alunos serão orientados para que realizem a higienização dos aparelhos, antes e após o uso.

A higienização dos aparelhos deverá ser realizada após cada atendimento, assim como as superfícies de toque, preferencialmente com álcool 70% (não na apresentação em gel) ou hipoclorito de sódio a 0,5% (a água sanitária contém hipoclorito de sódio). As demais superfícies (ex. piso, porta), deverão ser higienizadas antes do início das atividades. Tal procedimento deverá ser repetido de duas em duas horas, com álcool 70% (não na apresentação em gel) ou hipoclorito de sódio a 0,5% (a água sanitária contém hipoclorito de sódio).

<<***Todos os equipamentos passarão por higienização diária com a pulverização da Solução Quaternário de Amônio>>

O prestador de serviço deverá:

- dispor na entrada do estabelecimento, em local visível e de fácil acesso, álcool em gel 70% para uso de seus clientes;
- manter obrigatoriamente janelas e portas abertas, contribuindo para a renovação de ar. O uso do ar condicionado deve ser evitado. O controle do ar condicionado deve ser mantido sob posse do prestador de serviço. Sugere-se revestir controles remotos com plástico filme, efetuar higienização a cada utilização e troca do filme PVC duas vezes por dia;
- atender qualquer outra medida exigida pelo órgão regulador de sua atividade, município e/ou estado aqui não especificada.

IMPORTANTE:

- Superfícies que estão sujas devem ser lavadas com água e sabão ou detergente antes da desinfecção com álcool ou hipoclorito de sódio. A ação dos desinfetantes é prejudicada pela presença de substância orgânica ou inorgânica (sujeira visível);
 - evitar agrupamento! Se necessária interlocução entre o instrutor e o aluno, respeitar o distanciamento mínimo de 1 metro;
 - trazer, funcionário e aluno, kit de higiene pessoal e seguir os protocolos padrões de etiqueta respiratória e lavagem das mãos. Os bebedouros seguem interditados;
 - na medida do possível, chegar no máximo 10 min. antes do horário agendado para o atendimento, visando evitar aglomerações;
 - evitar contato físico com qualquer pessoa, em nenhum momento;
 - deixar as dependências do Clube imediatamente após o término do atendimento, para liberar acesso de outros associados e evitar agrupamentos.
-

PELA ACADEMIA

” Estamos cientes de que na entrada do Clube todos os Associados terão a sua temperatura corporal verificada e que será disponibilizado um tapete especial de higienização dos calçados. Dessa forma, não repetiremos esses procedimentos na Academia, levando em consideração que já foram feitos no ingresso ao Clube, evitando desgastes junto aos Associados;

**Todos os nossos colaboradores estarão utilizando máscaras e o uso de máscaras também será obrigatório pelos alunos;*

**Uso de toalhas individuais será obrigatório;*

**Na sala de musculação os professores orientarão os alunos para respeitarem a distância de 16m²;*

**Os equipamentos estarão operando de forma intervalada, com cartazes sinalizando os que estarão fora de utilização;*

**O número de alunos que frequentarão a Academia estará limitado conforme a metragem estabelecida de 16m² por aluno;*

**O ingresso dos alunos será feito mediante agendamento prévio, com 24 horas de antecedência, por telefone com a recepção da Academia e o tempo de permanência máximo será de 1 hora por aluno;*

**A higienização dos equipamentos será realizada pelo aluno após cada utilização, com auxílio de borrifador e toalhas de papel que estarão disponíveis nos ambientes;*

**As janelas estarão abertas em sua totalidade, mantendo o ar circulante e a ventilação natural com a sua abertura em tempo integral;*

**Álcool gel será disponibilizado para os alunos nos dispensers que estarão em diversos pontos de acesso na Academia, em todos os andares;*

**As informações do protocolo de segurança serão disponibilizadas aos alunos através de cartazes que estarão afixados em diferentes locais da Academia e também disponibilizados em redes sociais.”*

Termo de Ciência e Concordância

Eu, <NOME DO RESPONSÁVEL PELA EMPRESA>, declaro estar ciente, cumprir e concordar com os termos e normas acima.

<DATA>

<ASSINATURA>