



**SABER COMPENSA - ACADEMIA**

# **FÉRIAS ESCOLARES VERÃO 2021**

**Praia; Workshops Pedagógicos; Cinema na  
Academia; Experiências Pedagógicas; Jogos  
Indoor e Outdoor e muito mais...**

**PROGRAMAS SEMANAIS  
DE 01 A 30 DE JULHO**

**[www.sabercompensa.pt](http://www.sabercompensa.pt)**

**CUMPRIMOS COM AS NORMAS E ORIENTAÇÕES IMPOSTAS PELA D.G.S**

## Programa: Férias Escolares de Verão: Julho 2021

1ª Semana: 01 de julho a 02 de julho

Para crianças a partir do 7º Ano

	5ª Feira	6ª Feira
Manhã	Caminhada em Monsanto	Jogos de tabuleiro
Tarde	Quiz de cultura geral	Concurso "Não te esqueças da letra"

2ª Semana: 05 de julho a 09 de julho

Para crianças a partir do 7º Ano

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Manhã	Peddy Paper freguesia	Workshop "História Perdida"	Estafetas	Caminhada em Monsanto	Caça ao tesouro no Parque Bensaúde
Tarde	Jogo do "Quem é quem"	Jogos de tabuleiro	Bingo	Atelier de artes plásticas	Jogos de roda

3ª Semana: 12 de julho a 16 de julho

Para crianças dos 6 aos 14 anos

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Manhã	TURNO 1 Praia(*) TURNO 2 Caminhada	TURNO 1 Dia na Floresta TURNO 2 Praia(*)	TURNO 1 Praia(*) TURNO 2 Jogos Outdoor	TURNO 1 Jogos Outdoor TURNO 2 Praia(*)	Experiências Científicas
Tarde	Workshops de Construções	Cinema na Academia	Atelier de Artes Plásticas	Campeonato de Jogos de Tabuleiro	Peddy Paper

(\*) – Devido às restrições no atual momento impostas pelo Governo de Portugal no que diz respeito ao transporte personalizado, a ocupação do veículo não poderá exceder os 2/3, o que limita o número de inscrições para a praia. Será garantido o lugar para as primeiras 8 inscrições. Atingido o limite, será criada uma lista de espera. Caso as restrições sejam alteradas, faremos uma comunicação reformulando esta norma.

## 4ª Semana: 19 de julho a 23 de julho

Para crianças dos 6 aos 14 anos

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Manhã	TURNO 1 Praia(*) TURNO 2 Dia na Floresta	TURNO 1 Caminhada a Monsanto TURNO 2 Praia(*)	TURNO 1 Praia(*) TURNO 2 Jogos Outdoor	TURNO 1 Jogos Outdoor TURNO 2 Praia(*)	Workshops de Costura
Tarde	Concurso de Música	Cinema na Academia	Atelier de Jardinagem	Quiz	Jogos Tradicionais Outdoor

(\*) – Devido às restrições no atual momento impostas pelo Governo de Portugal no que diz respeito ao transporte personalizado, a ocupação do veículo não poderá exceder os 2/3, o que limita o número de inscrições para a praia. Será garantido o lugar para as primeiras 8 inscrições. Atingido o limite, será criada uma lista de espera. Caso as restrições sejam alteradas, faremos uma comunicação reformulando esta norma.

## 5ª Semana: 26 de julho a 30 de julho

Para crianças dos 6 aos 14 anos

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
Manhã	TURNO 1 Praia(*) TURNO 2 Dia na Floresta	TURNO 1 Passeio ao Ar Livre TURNO 2 Praia(*)	TURNO 1 Praia(*) TURNO 2 Jogos Outdoor	TURNO 1 Jogos Outdoor TURNO 2 Praia(*)	Exploração da Natureza
Tarde	Workshops de Modelagem	Jogos Tradicionais Outdoor	Atelier Masterchef	Bingo	Cinema na Academia

(\*) – Devido às restrições no atual momento impostas pelo Governo de Portugal no que diz respeito ao transporte personalizado, a ocupação do veículo não poderá exceder os 2/3, o que limita o número de inscrições para a praia. Será garantido o lugar para as primeiras 8 inscrições. Atingido o limite, será criada uma lista de espera. Caso as restrições sejam alteradas, faremos uma comunicação reformulando esta norma.

## PREÇÁRIO

SEMANA DE FÉRIAS (*) (inclui seguro)	55,00€
PRAIA (**) (atividade extra) (Numero máximo de Inscrições por dia: 8)	5,00€ (Valor diário)

Os valores apresentados incluem IVA à taxa em vigor

(\*) O valor da 1ª Semana (1/07 e 2/07) será calculado em função do número de dias;

(\*\*) **Material para a atividade Praia:** Calção ou fato de banho; chinelos; toalha, muda de roupa, chapéu e protetor solar, ténis, calção e T-Shirt

## CONDIÇÕES

1. O programa “Férias Escolares de Verão 2021” é direcionado a crianças entre os 6 e os 14 anos;
2. O programa é extensível a todas as crianças, alunos internos e alunos externos;
3. O número máximo de participantes por dia é de 30;
4. O programa poderá sofrer alterações sem aviso prévio caso o número de alunos não seja o suficiente para a elaboração das atividades, as condições meteorológicas não o permitam ou existam alterações em que a Saber Compensa-Academia de estudos, Lda. seja alheia.
5. No caso de fecho da Academia por motivo de saúde pública ou por ordem das entidades governamentais, o atual programa de férias não será executado e os valores pagos inicialmente, serão restituídos aos encarregados de educação;
6. O pagamento deverá ser efetuado antes do início de cada semana/semanas.
7. O horário do início das atividades é: 9:00;
8. O horário da partida para a Praia é: 8:00;
9. O horário do terminus das atividades é: 18:00;
10. Caso os participantes não estejam presentes no horário mencionado, a Academia não poderá efetuar o transporte ficando privado da ida aos diferentes locais programados;
11. No dia anterior, todos os encarregados de educação receberão por SMS um lembrete e confirmação de participação/inscrição do seu educando na atividade da praia;
12. Os encarregados de educação que no ato do preenchimento do formulário inscrevam os seus educandos na atividade de praia e os mesmos não compareçam ou desistam após a submissão, a atividade terá de ser igualmente paga. [Informamos que só serão aceites os cancelamentos da atividade de Praia por motivos de doença, com a devida justificação médica válida.](#)
13. Devido às restrições no atual momento impostas pelo Governo de Portugal no que diz respeito ao transporte personalizado, a ocupação do veículo não poderá exceder os 2/3, o que limita o número de inscrições para a praia. Será garantido o lugar para as primeiras 8 inscrições. Atingido o limite, será criada uma lista de espera. Caso as restrições sejam alteradas, faremos uma comunicação reformulando esta norma.

Com a aproximação programa de **“Férias Escolares Verão 2021”** e sabendo das preocupações de todas as famílias, que são também as nossas, com a consequente tomada de decisão de nos confiarem os vossos filhos, todos os profissionais, num trabalho de equipa, tendo também por base as orientações emitidas pela DGS (Direção Geral de Saúde), definimos um conjunto de procedimentos e regras com o objetivo de minimizar ou evitar eventuais riscos e que apelamos, sejam cumpridos por todos. De todas as orientações, temos especial preocupação com as seguintes normas:

- Distanciamento entre as crianças, dado que pelas características da idade, é através da interação com os seus pares que se promove um desenvolvimento saudável e desta forma será nosso objetivo encontrar um equilíbrio entre a segurança, desenvolvimento e aquisição de conhecimentos;
- Distanciamento aluno/adulto de referência, dado que os afetos e a proximidade são a base do trabalho a desenvolver.

Face a estes distanciamentos e normas, tentaremos dentro do possível cumprir, salvaguardando sempre o bem-estar físico e emocional de cada aluno. Assim, a partir de 12 de julho iniciaremos o nosso programa **“Férias Escolares Verão 2021”** com um conjunto de normas que passamos a enumerar.

## NORMAS DE FUNCIONAMENTO

### Chegada e Saída da Academia

- No ato de entrega, os encarregados de educação aguardam no exterior (devem respeitar as indicações da DGS, e respeitar as devidas distâncias na via pública) para o acesso à academia e na recolha, esperam igualmente no exterior. Para ambos os casos, se o número de pessoas dentro do espaço da receção for inferior a 4.
- À chegada, será medida a temperatura (caso presente febre não poderá permanecer na Academia);
- Os alunos serão ajudados igualmente na boa prática de desinfeção das mãos;

#### **NOTA:**

- Os alunos que em casa manifestem sintomas de doença transmissível não poderão frequentar a academia, devendo os pais informar sempre a direção.
- Não será permitido trazer objetos de casa para partilha;

### Refeições durante o período de férias

Os alunos poderão trazer a sua refeição para a academia;

- Para este fim, devem estar munidos de todo o material necessário como (talheres, pratos e copo/guardanapo);

- As refeições serão executadas na copa, em lugares marcados cumprimento o distanciamento de segurança sempre que possível e seguindo as normas de desinfecção depois de cada utilização;
- Poderá algum dos dias a refeição ser feita em modo piquenique fora da academia.

## **Atividades**

Serão privilegiadas as atividades indoor e outdoor sempre que possível com a máxima segurança de todos; Optamos sempre por atividades lúdico-pedagógicas, onde acreditamos levar o aluno ao conhecimento e aprendizagem de várias temáticas.

Existem, porém, situações de saúde sem gravidade, mas com manifestações de febre, diarreia, dores no corpo e tosse. Em qualquer um destes casos, os alunos não poderão frequentar a Academia. Os pais devem informar a Academia (direção ou professores), no caso de o aluno ter tido contacto com alguém das relações próximas, com teste positivo;

Todos os colaboradores da Saber Compensa – Academia de estudos irão usar máscaras e ou viseiras seguindo as normas da DGS.

O momento que se vive é novo para todos e exige de todos nós imaginação, adaptação, compreensão, humildade e capacidade de avaliar as medidas propostas, ajustando-as sempre que necessário.

## PLANO DE CONTINGÊNCIA

O Plano de Contingência da Saber Compensa – Academia de estudos, foi desenvolvido com base nas orientações O6/2020 de 26/02/2020, na atualização das mesmas de 04/03/2020 da Direção Geral de Saúde (DGS), na orientação O14/2020 de 21.03.2020 e na orientação O25/2020 de 13.05.2020.

### 1. O QUE É O COVID-19?

COVID-19 é o nome oficial, atribuído pela Organização Mundial da Saúde (OMS), à doença provocada por um novo coronavírus, que pode causar infecção respiratória grave como a pneumonia.

Este vírus foi identificado pela primeira vez em humanos, no final de 2019, na cidade chinesa de Wuhan, província de Hubei, tendo sido confirmados casos em outros países.

### 2. TRANSMISSÃO DA INFEÇÃO

Considera-se que a COVID-19 pode transmitir-se:

- Por gotículas respiratórias;
- Pelo contacto direto com secreções infecciosas;
- Pelo contacto das mãos com uma superfície ou objeto com o novo coronavírus e, em seguida, o contacto com as mucosas oral, nasal ou ocular (boca, nariz ou olhos), que pode conduzir à transmissão da infeção;
- Até à data não existe vacina ou tratamento específico para esta infeção;

### 3. SINTOMAS

- Os sintomas são semelhantes a uma gripe, como por exemplo:
- Febre ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ );
- Tosse;
- Falta de ar (dificuldade respiratória);
- Cansaço;
- Em casos mais graves, pode evoluir para pneumonia grave com insuficiência respiratória aguda, falência renal e, até mesmo, levar à morte.

### 4. PERÍODO DE INCUBAÇÃO (Previsivelmente de 2 a 14 dias)

### 5. OBJETIVOS DO PLANO

- Minimizar o impacto nos alunos, professores, auxiliares de ação educativa, colaboradores, prestadores de serviços, fornecedores, restantes clientes, familiares e membros da Direção da Saber Compensa – Academia de estudos;
- Monitorizar permanentemente a situação seguindo as recomendações da DGS.
- Assegurar a atempada recolha e comunicação de informação;
- Assegurar o regular funcionamento da Saber Compensa – Academia de estudos;
- Este plano poderá ser alterado a qualquer momento, consoante a evolução da situação, sendo as famílias notificadas pelos meios habituais de comunicação com a Academia;

### 6. PROCEDIMENTOS A IMPLEMENTAR

- Afixação de cartazes da Direção Geral de Saúde em vários locais da loja da Saber Compensa – Academia de estudos, de forma a sensibilizar e compreender as medidas de profilaxia, para as aplicar de forma simples e com sucesso, bem como, as medidas de atuação perante um caso de Coronavírus COVID-19;



- Realização de ações de sensibilização e esclarecimento de toda a população do Saber Compensa – Academia de estudos, sobre o Coronavírus COVID-19;
- Todos os utentes, funcionários, alunos e familiares que viagem para o estrangeiro, especialmente para zonas de foco ativo do Coronavírus COVID-19 devem informar a Saber Compensa – Academia de estudos;
- Todos os funcionários, prestadores de serviços, educadores e encarregados de educação devem reportar à direção da Saber Compensa – Academia de estudos, uma situação de doença enquadrada nos critérios clínicos e epidemiológicos, que possa configurar um caso suspeito;

## 7. PROCEDIMENTOS INTERNOS DE FUNCIONAMENTO

A equipa/colaboradores

À chegada à Academia deverão:

- Desinfetar as mãos no balcão;
- Medir a temperatura à entrada;
- Calçar os sapatos limpos, na zona limpa;
- Colocar a máscara;
- Subir seguindo o circuito limpo.

Nota: Deve ser evitado o uso de acessórios (ex. anéis, pulseiras, brincos e colares muito compridos...)

No momento das refeições:

- As refeições dos adultos serão feitas na copa da Academia, como usualmente;
- Lavar as mãos antes de entrar na copa;
- Servir da sua refeição como usualmente;
- As mesas deverão estar distantes umas das outras e as cadeiras em lugares alternados;
- Desinfetar a mesa depois de cada utilização;

Sempre que houver saídas da Academia:

- À saída:
- Seguir o protocolo de saídas
- No regresso:
- Seguir o protocolo de entrada

Nota: Quem manifestar sintomas de doença transmissível não pode vir trabalhar.  
O procedimento de medição da temperatura tem de ser diário.

Relação com os alunos

- Ensinar as regras de etiqueta respiratória;
- Garantir que os alunos lavam recorrentemente as mãos;
- Organizar o espaço e a dinâmica de forma a permitir algum distanciamento entre os alunos;
- Controlar a partilha de objectos;
- Higienizar as mãos cada vez que há contato com saliva ou outros fluidos corporais (ex, assoar, limpar a boca, dar alimento à boca, limpar a cara, etc)



## Atividades pedagógicas

- As atividades devem ser desenvolvidas preferencialmente em pequenos grupos, apoiadas pelos professores e auxiliares;
- Manter as portas e janelas abertas sempre que possível para garantir a circulação do ar;
- Cada mesa redonda deverá ter apenas 4 alunos com barreiras de proteção
- Cada mesa retangular deverá ter apenas 2 alunos com barreiras de proteção

## Procedimentos para o momento das refeições:

(Reforço da manhã, almoço, lanche)

- Lavar as mãos antes de ir para o copa (antes de lavar as dos alunos)
- Lavar as mãos antes de manusear alimentos e entre os diferentes apoios aos alunos
- Cada mesa deverá ter apenas 2 alunos;
- As mesas devem ser higienizadas e desinfetadas antes e depois de cada refeição
- Repetir o procedimento de lavagem das mãos

## Instalações sanitárias

- Apenas um aluno de cada vez na casa de banho;
- Lavar e desinfetar as mãos antes de cada utilização;
- Limpar frequentemente as maçanetas das portas das casas de banho.

## Procedimentos para o contexto de sala:

- Arejar o espaço, abrindo as janelas sempre que possível;
- Retirar das salas o maior número possível de materiais;
- Manter apenas os materiais que podem ser lavados/desinfetados;
- Ter caixas com materiais suplentes para existir rotatividade de material pedagógico;
- Desinfetar com álcool os pincéis, as canetas, os lápis, as tesouras etc, a cada utilização;
- Ter apenas o número de cadeiras correspondente ao número de alunos;
- Desinfetar todas as superfícies

Limpeza e desinfecção de superfícies da área de isolamento onde esteve uma pessoa suspeita ou confirmada de COVID-19.

- Esperar pelo menos 20 minutos depois de a pessoa doente, ou suspeita de estar doente, sair da área de isolamento/quarentena e, só depois, iniciar os procedimentos de limpeza em segurança;
  - Preparar a solução de lixívia (hipoclorito de sódio) com concentração original de 5% ou mais de cloro livre. A lixívia deve ser diluída na altura de utilizar. Lavar primeiro as superfícies com água e detergente;
  - Em seguida, espalhar uniformemente a solução de lixívia nas superfícies;
  - Deixar atuar a lixívia nas superfícies durante pelo menos 10 minutos – ler as instruções do fabricante/fornecedor. Esta etapa é fundamental;
  - De seguida enxaguar as superfícies só com água quente;
  - Deixar secar ao ar.

Limpeza e desinfecção de superfícies que contenham sangue ou outros produtos orgânicos (vômito, urina, fezes)

- Utilizando luvas resistentes, avental impermeável e viseira, absorver o mais possível o derrame com papel absorvente para não espalhar os líquidos;
- Aplicar de seguida a solução de lixívia;
- Tapar a zona afetada com toalhetes para que as pessoas não pisem;
- Lavar a área suja com água e detergente comum; enxaguar só com água e deixar secar ao ar.

## 8. ATUAÇÃO PERANTE UM CASO SUSPEITO

Para Indivíduos com sintomatologia de Coronavírus COVID-19, infecção respiratória aguda (febre ou tosse ou dificuldade respiratória) deve-se:

### NUM ADULTO:

- Entregar a máscara, devendo ser o utente a colocar a mesma;
- Fornecer luvas descartáveis;
- Encaminhar para a sala de isolamento (SALA 4);
- Comunicar à direção da Saber Compensa - Academia de estudos;
- Telefonar para Linha de Saúde 24;
- Seguir as indicações dadas via telefone pela linha de Saúde 24;
- Contatar familiares;
- Os responsáveis pela limpeza, procederão à higienização e desinfeção previstos, do espaço, equipamentos e objetos com os quais tenham entrado em contato.

### EM UM ALUNO:

- Um adulto acompanha o aluno para a sala de isolamento;
- Colocar a máscara no aluno;
- Comunicar à direção da Saber Compensa - Academia de estudos;
- Contatar familiares;
- Telefonar para Linha de Saúde 24;
- Seguir as indicações dadas via telefone pela linha de Saúde 24;
- Outro adulto encaminha as restantes alunos da sala, para outro espaço;
- Os responsáveis pela limpeza, procederão à higienização e desinfeção previstos, do espaço, equipamentos e materiais pedagógicos
- Todos os Encarregados de Educação serão informados em caso de existência de um caso suspeito, na Saber Compensa - Academia de estudos;

Consoante a evolução da situação, seguiremos sempre as indicações dadas pela Direção Geral de Saúde.

## PLANO DE HIGIENIZAÇÃO E DESINFECÇÃO COVID-19

ESPAÇO / LOCAL		PERIODICIDADE	
<b>SALAS DE ACTIVIDADES</b>	Mesas Maçanetas das portas	6 vezes /dia	Sempre que utilizado
	Lavagem e desinfeção de materiais pedagógicos	Sempre que utilizados	
<b>CASAS DE BANHO</b>	Desinfeção das bancadas com spray e limpeza com toalha de papel Torneiras /autoclismos/ bordos das sanitas/ interior das sanitas com piaçaba	Após cada utilização	
<b>COPA</b>	Lavar e desinfetar as mesas e cadeiras	Após cada utilização	
	Lavar e desinfetar as cadeiras	Após cada utilização	
	Desinfetar as maçanetas da porta da porta de acesso ao à copa	6 vezes /dia	
<b>ESPAÇOS COMUNS</b>	Porta de entrada do Academia (maçanetas e zona envolvente)	6 vezes/dia	
	Maçanetas das portas	2 vezes/dia	De manhã À tarde
	Maçaneta da porta de acesso à Academia	2 vezes/dia	De manhã À tarde
<b>RECEÇÃO</b>	Limpeza / Desinfeção	6 vezes/dia e sempre que se justificar	
<b>CHÃO</b>	Lavagem, após a qual o material usado deve ser desinfetado	2 vezes/dia	A meio da manhã
			A meio da tarde