

PLANO DE BOAS PRÁTICAS E PREVENÇÃO COVID-19

MEDIDAS

- Monitorização 4
- Modo de Funcionamento 5
- Etiqueta de Higiene 6
- Escritórios 7
- Cowork 8
- Sala de Reuniões 9
- Copa 10

INFORMAÇÃO

- Fontes 11

Com a rápida evolução do novo Coronavírus, COVID-19, a GMSolutions elaborou um Plano de Contingência, para garantir a segurança dos seus membros, bem como das suas respetivas famílias.

Adaptámos algumas medidas fulcrais de segurança que já estão a ser aplicadas.

Numa altura em que se começa a planear um regresso faseado e controlado ao trabalho presencial é necessário que as empresas comecem a tomar as precauções necessárias e a preparar os espaços para o “novo normal”.

Este plano foi elaborado de acordo com as orientações da Direção Geral de Saúde (DGS) e da Organização Mundial de Saúde (OMS). Mantemo-nos atentos aos dados sobre a pandemia e, conseqüentemente, às novas recomendações comunicadas pelas organizações competentes, pelo que este documento poderá ser alterado de acordo com as decisões tomadas, que serão posteriormente divulgadas nos nossos canais de comunicação.

A segurança, saúde e bem-estar de todos, como comunidade e sociedade, são a nossa prioridade. Queremos, com estas medidas, dar o nosso contributo para manter a atividade económica do país e atenuar o impacto nas empresas. Sabemos que a grande maioria dos negócios vão operar de forma diferente, teremos todos de garantir o distanciamento social, mas os negócios não podem parar.

MONITORIZAÇÃO

Pedimos aos nossos colaboradores, clientes e visitantes que monitorizem, numa base regular, os seus sintomas, como:

- Tosse persistente (ou agravamento)
- Febre superior a 38 graus
- Dificuldade respiratória

A sua monitorização vai ajudar na prevenção e proteção de todos. Por isso, se sentir estes sintomas, avise-nos e não se desloque para as instalações, permanecendo em casa sob vigilância.

Contacte também o SNS 24 (808242424).

A GMSolutions deverá ser igualmente avisada caso tenha acontecido um dos seguintes cenários, para averiguar a possibilidade de contágio:

- Esteve ou suspeita que possa ter estado em contacto com uma pessoa infetada antes do início dos sintomas;
- Esteve em contacto com algum profissional de saúde e/ou deslocou-se a uma instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19;
- Viajou de/para zonas afectas, em Portugal e globalmente, antes do início dos sintomas.

Em caso de confirmação de contaminação de algum membro, todos serão informados da situação pelos meios usados nas comunicações internas, e instados a tomar as medidas de contenção adequadas.

MODO DE FUNCIONAMENTO

Para minimizar o impacto desta pandemia na vida de todos, e para garantir que a GMSolutions continua a ser um lugar seguro para trabalhar, serão feitas algumas alterações ao funcionamento do espaço e deixamos recomendações para o dia-a-dia de todos os membro da comunidade:

- Todas as entradas serão registadas - dia | hora, para que, no caso de contágio de algum membro, seja mais fácil o rastreio de contactos;
- A utilização de máscaras descartáveis nos espaços partilhados (Cowork, espaços comuns, Copa, Wcs) é imprescindível e obrigatória.
- Está à disposição, à entrada da GMSolutions, solução alcoólica desinfetante, para que possam, com regularidade, higienizar as mãos;
- Reforçamos a limpeza em alguns locais mais críticos, como o Cowork, os Wcs, Copa e Sala de Reuniões;
- Embora a copa esteja totalmente equipada, recomendamos que tragam louça de casa;
- É obrigatório trazerem as chaves de acesso aos espaços de trabalho e caixa do correio;
- Membros poderão receber apenas 1 visita na respetiva sala;
- A utilização da sala de reuniões por membros e aluguer externo, têm limite de capacidade de 3 pessoas;
- Serão aceites visitas apenas por marcação;
- Será solicitado aos visitantes que tragam máscara descartável e que a mesma seja usada durante toda a permanência nas instalações;
- Evitar a partilha de objetos pessoais como canetas, carregadores, telemóveis, entre outros.

ETIQUETA DE HIGIENE

- A etiqueta de higiene das mãos deve ser completa e regular. Lave as mãos durante aproximadamente 20 segundos ou use a solução antisséptica de base alcoólica (SABA) com 70% de álcool;
- A etiqueta respiratória é fundamental, se tossir ou espirrar, faça-o para a prega do cotovelo, com o antebraço fletido, ou use um lenço de papel, que deverá ser imediatamente colocado no contentor de resíduos;
- Não é aconselhado o uso de luvas, sendo que é considerado um agente de propagação; Higienize as mãos depois de tocar em superfícies e não as leve nunca aos olhos, nariz e boca;
- As superfícies de toque serão higienizados com a regularidade necessária;
- Comandos de ar condicionado, Led, etc., serão desinfetados após cada utilização;
- Os postos de trabalho, serão limpos e desinfetados no final do dia ou sempre que algum utilizador deixe o seu lugar;
- Marcamos reuniões com o devido espaçamento temporal para dar tempo à respetiva renovação de ar do ambiente fechado / interior (aproximadamente 30 minutos entre reuniões);
- Recorremos a sistema de ar condicionado, que fornece ventilação, ao mesmo tempo que melhora a qualidade do ar através da filtragem.

ESCRITÓRIO

- É obrigatório trazerem as chaves de acesso ao espaço de trabalho e caixa do correio;
- Na entrada | saída e espaços comuns, higienize as mãos no dispensador de álcool-gel que tem sempre à disposição;
- Membros poderão receber apenas 1 visita de cada vez na respectiva sala;
- Cada membro é responsável por higienizar a sua sala.

COWORK

- Para garantir a segurança dos membros de Cowork, reduzimos a lotação a 4 pessoa;
- Na entrada | saída e espaços comuns, higienize as mãos no dispensador de álcool-gel que tem sempre à disposição;
- Nas secretárias de Cowork, colocámos separadores de acrílico, criando assim o devido afastamento entre membros;
- A nossa equipa estará disponível para ajudar, sempre que sinta necessidade, e irá garantir a higienização dos postos de trabalho ao final do dia ou quando deixar o lugar;
- Retire sempre todos os objetos | pertences das secretárias para que seja feita a correta higienização e limpeza.

SALA DE REUNIÕES

- Alterámos a lotação da sala de reunião, reduzindo-a a 3 pessoas;
- Solicitamos o agendamento prévio da sala de reunião, de forma a evitar aglomerados de pessoas no espaço em simultâneo;
- Comandos de ar condicionado, TV Led, etc., serão desinfetados após cada utilização;
- No fim de cada reunião, iremos higienizar a sala para que esta possa ser usada de novo em segurança após a renovação do ar.

COPA

- Recomendamos que traga os seus utensílios para fazer a sua refeição. Leve os mesmos consigo no final do dia;
- A copa está totalmente equipada e colocámos à sua disposição os utensílios, caso não tenha trazido os seus de casa. Se os utilizar, pedimos que os lave assim que terminar a sua utilização;
- Sugerimos que use os copos e colheres descartáveis que disponibilizamos para o café | chá;
- A rotina de reciclagem é feita sempre que se justifique, sendo o lixo fechado e colocado nos respetivos contentores;
- Higienize as mãos sempre que usar a copa com a solução alcoólica desinfetante à disposição;
- As superfícies de contacto serão higienizadas com frequência para a segurança de todos.

FONTES

Com este plano esperamos conseguir boas práticas de acordo com as recomendações:

DGS – Direção Geral de Saúde _ <https://covid19.min-saude.pt/>

SNS – Serviço Nacional de Saúde _ www.sns24.gov.pt/alerta/novo-coronavirus/

World Health Organization _ www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019

Turismo de Portugal _ <http://www.turismodeportugal.pt/>

Apirac _ www.apirac.pt

Este plano será revisto, sempre que se justificar, de acordo com a diretrizes das organizações competentes.

Acreditamos que, com este esforço coletivo, conseguimos fazer a diferença!

GMSolutions 2020