



- COVID 19 -

**Plano de Contingência
Hotel Convento D'Alter**





Índice:

1. Enquadramento.....	3
2. Plano de Contingência.....	4
2.1 - Plano Individual de proteção:	4
2.2 - O que fazemos para o proteger:	4
2.3 - Em caso de presença de pessoa doente ou suspeita de estar doente por COVID-19 no Hotel Convento D'Alter:	5
2.4 - Plano de Condicionamento a fornecedores.....	5
2.5 - Na nossa área de isolamento	6
2.6 - Documento a entregar ao check-in.....	7
2.7 - Comunicado das alterações relativas a F&B	11
2.8 - Placa Informativa nas zonas públicas do Hotel Convento D'Alter	11
2.9 - Questionário de Prevenção ao Check-in.....	13
Anexo I - Cartaz informativo sobre lavagem das mãos.....	14
Anexo II – Recomendações para o uso correto das máscaras	15
Anexo III – Sintomas.....	16
Anexo IV - Recomendações.....	17
Anexo V – Medidas Gerais	18



1. Enquadramento

O presente documento pretende estabelecer um Plano de Contingência, no âmbito da infeção pelo novo Coronavírus SARS-COV-2, agente da Covid-19.

Neste contexto, privilegia-se assegurar aos Colaboradores e os Clientes condições de Segurança e de Saúde, de forma contínua e permanente, tendo em conta os princípios gerais de prevenção.

Esta Orientação pode ser atualizada a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da COVID-19 e as recomendações da DGS (Direção Geral de Saúde).

Em situações de Coronavírus SARS-CoV-2, as empresas têm um papel fulcral a desempenhar na proteção da Saúde e Segurança dos seus Colaboradores e Clientes, assim como na limitação do impacto negativo sobre a economia e a sociedade.

Deste modo, as empresas deverão ter planos de Contingência que contemplem a redução dos riscos para a saúde dos colaboradores e a continuidade das atividades essenciais, de forma a minimizar o impacto de qualquer disrupção e a assegurar o funcionamento normal das empresas.

O alastramento do Coronavírus poderá ter impactos significativos no funcionamento do **Hotel Convento D'Alter** as quais se pretendem minimizar desde já, a dois níveis:

- a) Saúde e Segurança dos Colaboradores no exercício das suas funções;
- b) Segurança dos seus Clientes.



2. Plano de Contingência

Informamos a todos os nossos clientes que o **Hotel Convento D'Alter** tomará as seguintes medidas para prevenir a Covid-19, de forma a zelar pela segurança e conforto de todos.

2.1 - Plano Individual de proteção:

- ✓ Não haver contato no cumprimento;
- ✓ Fricção com solução hidra alcoólica após cada contacto manual;
- ✓ Distância de 1 metro para todas as pessoas e de 4 metros para os doentes ou suspeitos;
- ✓ Evitar aglomerados;
- ✓ Quem tiver febre, tosse ou dificuldade respiratória deve ser considerado um caso suspeito;
- ✓ Uso de máscara obrigatório em caso de suspeita;
- ✓ Se houver um contacto necessário com alguém doente uso obrigatório de máscara FP2.

2.2 - O que fazemos para o proteger:

- ✓ Dispensadores com solução antisséptica disponíveis em todas as áreas da unidade;
- ✓ Os WC's estão preparados com toalhetes de papel descartáveis em dispensadores;
- ✓ Limpeza e Desinfecção de Superfícies de contacto de áreas públicas com lixívia (solução de hipoclorito de sódio) numa concentração de pelo menos 5% de cloro livre e álcool a 70º, para as superfícies metálicas ou outras, que não sejam compatíveis com a lixívia;
- ✓ Unidades de Alojamento desinfectadas na totalidade com produtos antissépticos recomendados;
- ✓ O arejamento da unidade é garantido por um plano diário por áreas garantindo a renovação do ar de pelo menos três vezes ao dia;
- ✓ Definido local para isolamento em casos suspeitos ou casos confirmados. Quarto com WC e zona de estar, ventilado, de acesso direto ao exterior e devidamente equipado;
- ✓ Nos serviços de comidas e bebidas, garantimos que todos os itens de serviço alimentar partilhado (talher de serviço, jarros de sumos, faca de pão, entre outros) foram substituídos por alternativas de uso individual;
- ✓ Serviço de Banquetes a distância mínima entre os clientes de 60 cm.



2.3 - Em caso de presença de pessoa doente ou suspeita de estar doente por COVID-19 no Hotel Convento D'Alter:

- ✓ A pessoa doente ou suspeita de estar doente não deve sair do hotel.
Hóspede: deve permanecer no seu quarto. Na impossibilidade de permanecer no quarto, deve ser encaminhado à área de isolamento designada.
Funcionário: deve ser encaminhado à área de isolamento designada.
- ✓ Qualquer contacto com a pessoa suspeita deverá ser feito com proteção (máscara, bata, luvas);
- ✓ Contacto com a linha SNS24 (808 24 24 24), de forma a avaliar o caso e fazer o devido acompanhamento clínico;
- ✓ Não se deve dirigir ao centro de saúde, a consultório privado ou à urgência do hospital;
- ✓ Aguardar as instruções dos profissionais de saúde que o vão atender e a decisão clínica;
- ✓ Colocação de máscara cirúrgica à pessoa;
- ✓ A Autoridade Local de Saúde poderá optar por enviar a pessoa para o Hospital de referência da área ou não, dependendo da situação clínica do doente;
- ✓ Posteriormente e com a Coordenação da Direcção do Hotel:
 - Nos casos suspeitos de COVID-19, os profissionais de limpeza e roupa aguardarão o resultado do diagnóstico laboratorial de confirmação, antes de iniciar os procedimentos de remoção da roupa e a limpeza;
 - Identificação e rastreio imediato de todas as pessoas e locais contactados pela pessoa suspeita;
 - Limpeza e desinfeção de todas as áreas suspeitas de contacto.

2.4 - Plano de Condicionamento a fornecedores

Apesar de até agora não termos nenhum colaborador ou cliente com diagnóstico de infeção por COVID-19, estamos a avançar com um conjunto de medidas que visa limitar qualquer possibilidade de contágio em resultado de contactos nas nossas instalações.



Como todos nós individualmente somos responsáveis, em contexto laboral ou pessoal, pela disseminação ou pelo controlo da doença, pedimos aos nossos fornecedores que colaborem com o nosso **Plano de Contingência Interna** em curso e não facilitem em todas as interações pessoais desnecessárias.

Desta forma alterámos os procedimentos de receção de mercadorias:

- ✓ Horário de receção de Mercadorias;
- ✓ Toda a entrega de mercadoria deverá ser na presença da pessoa interna responsável pela receção;
- ✓ A Receção de mercadoria será feita exclusivamente pela entrada da garagem (entrada já destinada a fornecedores);
- ✓ A mercadoria deverá ser descarregada junto à porta de acesso ao Economato (ainda dentro do espaço da garagem);
- ✓ Nenhum fornecedor deverá entrar dentro das áreas do Hotel (à excepção da garagem);
- ✓ Não haverá contacto físico com nenhum funcionário do Hotel;
- ✓ Deverá ser respeitada distância mínima – 1 metro;

Tomaremos todas as medidas necessárias para que, sem prejuízo dos objectivos acima identificados, a nossa prestação de serviços se continue a processar com a normalidade possível, face às circunstâncias.

2.5 - Na nossa área de isolamento

A área de “isolamento” encontra-se provida de ventilação e possui revestimentos lisos e laváveis.

Esta área encontra-se equipada com:

- ✓ Telefone;
- ✓ Cadeira, cama e de fácil acesso (ex: uma ambulância)
- ✓ Kit com água e alguns alimentos não perecíveis;
- ✓ Contentor de resíduos (com abertura não manual e saco de plástico);
- ✓ Solução anticéptica de base alcoólica - SABA (disponível no interior e à entrada desta área);
- ✓ Toalhetes de papel;
- ✓ Máscaras cirúrgicas;
- ✓ Luvas descartáveis;
- ✓ Termómetro.

A área de isolamento tem uma instalação sanitária para uso exclusivo da pessoa suspeita/infetada.



2.6 - Documento a entregar ao check-in

Hotel Convento D'Alter

COVID-19: Plano de Contingência

➤ Implementado **Plano Individual de protecção:**

- Não haver contacto no cumprimento;
- Fricção com solução hidra alcoólica após cada contacto manual;
- Distância de 1 metro para todas as pessoas e de 4 metros para os doentes ou suspeitos;
- Evitar aglomerados;
- Quem tiver febre, tosse ou dificuldade respiratória deve ser considerado um caso suspeito;
- Se estiverem doentes, usem máscara para não contaminar os outros;
- Se houver um contacto necessário com alguém doente, usem máscara FP2 .

➤ **Dispensadores com solução anticéptica** disponíveis em todas as áreas da unidade;

➤ Os **WC's estão preparados com toalhetes de papel descartáveis** em dispensadores;

➤ **Limpeza e Desinfecção de Superfícies** de contacto de áreas públicas com lixívia (solução de hipoclorito de sódio) numa concentração de pelo menos 5% de cloro livre, e álcool a 70º, para as superfícies metálicas ou outras, que não sejam compatíveis com a lixívia.

➤ **Unidades de Alojamento desinfectadas** na totalidade com produtos anticépticos recomendados;

➤ O **arejamento da unidade** é garantido por um plano diário por áreas garantindo a renovação do ar de pelo menos três vezes ao dia.



➤ Definido **local para isolamento** em casos suspeitos ou casos confirmados. Quarto com WC e zona de estar, ventilado, de acesso directo ao exterior e devidamente equipado, com:

- Kit descartável com máscaras, bata cirúrgica e luvas;
- Termómetro;
- Desinfectante;
- Chaleira;
- Alimentos não perecíveis, cereais, leite, sumos, polpa de fruta, bolachas;
- Contentor de resíduos e sacos de recolha de roupa usada.

➤ Nos **serviços de comidas e bebidas**, garantimos que todos os itens de serviço alimentar partilhado (talher de serviço, jarros de sumos, faca de pão, entre outros) foram substituídos por alternativas de uso individual.

➤ Serviço de Banquetes a distância mínima entre os clientes de 60 cm;

➤ **Em caso de presença de pessoa doente ou suspeita de estar doente por COVID-19 no hotel actuaremos:**

- A pessoa doente não deve sair do hotel. Deve permanecer no seu quarto e ligar aos profissionais da área administrativa do hotel, para que liguem para a linha SNS24 (808 24 24 24) que avaliará o caso e contactará com a Autoridade Local de Saúde;
- Não se deve dirigir ao centro de saúde, a consultório privado ou à urgência do hospital;
- Aguardar as instruções dos profissionais de saúde que o vão atender e a decisão clínica;
- Colocação de máscara cirúrgica à pessoa;
- A Autoridade Local de Saúde poderá optar por enviar a pessoa para o Hospital de referência da área ou não, dependendo da situação clínica do doente;
- Nos casos suspeitos de COVID-19, os profissionais de limpeza e roupa aguardaram o resultado do diagnóstico laboratorial de confirmação do caso suspeito ou não, antes de iniciar os procedimentos de remoção da roupa e a limpeza;



Document to be delivered at check-in

Hotel Convento D'Alter

COVID-19: Contingency Plan

➤ **Individual Protection plan implemented:**

- No contact when greeting;
- Friction with alcoholic hydra solution after each hand contact;
- Distance of 1 meter for all people and 4 meters for patients or suspects;
- Avoid crowds;
- Anyone who has a fever, cough or difficulty breathing should be considered a suspected case;
- Wear a mask FP2, if you are sick to avoid contaminating others;
- If there is a need to contact someone sick use mask FP2.

➤ **Dispensers with antiseptic solution** available in all areas of the Hotel;

➤ **Toilets are prepared with disposable paper** towel dispensers;

➤ **Cleaning and disinfection of contact surfaces** in public areas with bleach (sodium hypochlorite solution) in a concentration of at least 5% free chlorine, and 70º alcohol, for metallic or other surfaces that are not compatible with the bleach;

➤ **Accommodation Units fully disinfected** with recommended antiseptic products;

➤ **The aeration unit** is secured by a daily plan areas for ensuring air renewal of at least three times a day;



➤ **Defined location for isolation** in suspected or confirmed cases. Room with WC and living area, ventilated, with direct access to the outside and properly equipped, with: ✓ Disposable kit with masks, surgical gown and gloves;

- Thermometer;
- Disinfectant;
- Kettle;
- Non-perishable foods, cereals, milk, juices, fruit pulp, crackers;
- Waste container and used clothing collect bags.

➤ **In food and beverage services**, we guarantee that all items of shared food service (service cutlery, juice jars, bread knife, etc.) have been replaced by alternatives for individual use

➤ Banquet service with minimum distance between customers of 60 cm;

➤ **In case of the presence of a sick person or suspected of being sick by COVID-19 at the hotel, we will act:** ✓ The sick person should not leave the hotel. You must stay in your room and call the professionals in the hotel's administrative area to call SNS24 (808 24 24 24) who will assess the case and contact the Local Health;

- You should not go to the health-center, private doctor office or hospital emergency room;
- Wait for the instructions of the health professionals who will assist you and the clinical decision;
- Placing a surgical mask on the person;
- The Local Health Authority may choose to send the person to the referral Hospital in the area or not, depending on the patient's clinical situation;
- In suspected cases of COVID-19, cleaning and linen professionals waited for the result of the laboratory diagnosis to confirm the suspected or not case, before starting the procedures for removing the clothes and cleaning;



2.7 - Comunicado das alterações relativas a F&B

Estimados Hóspedes,

De acordo com o plano de contingência COVID-19, nos **serviços de comidas e bebidas**, garantimos que todos os itens de serviço alimentar partilhados (talher de serviço, jarros de sumos, faca de pão, entre outros) foram substituídos por alternativas de uso individual.

Notice of changes related to F&B

Dear Guests,

According to the COVID-19 contingency plan, in food and beverage services, we guarantee that all shared food service items (service cutlery, juice jars, bread knife, among others) have been replaced by alternatives for individual use.

2.8 - Placa Informativa nas zonas públicas do Hotel Convento D'Alter

A prevenção e combate ao vírus depende de todos nós!

1. Evite o contacto, mantenha uma distância de segurança (1 metro);
2. Lave e Desinfecte as mãos com maior frequência. Utilize os vários dispensadores que dispomos em várias áreas da unidade;
3. Informamos que a desinfeção das áreas de maior contacto (maçanetas, balcões, cadeiras, mesas, entre outros) está a ser feita diariamente e de forma regular.
4. Os nossos quartos são neste momento higienizados com produtos próprios para assegurar a nossa protecção.

O Hotel Convento D'Alter Agradece!



Preventing and fighting the virus depends on all of us.

1. Avoid contact, keep a safe distance (1 meter);
2. Wash and disinfect your hands more often. Use the various dispensers that we have available in various areas of the unit.
3. We inform that the disinfection of the areas of higher contact (door handles, counters, chairs, tables, among others) is being carried out daily and on a regular basis.
4. Our bedrooms are now being sanitized with proper products that assure our protection

Hotel Convento D'Alter thanks you!



2.9 - Questionário de Prevenção ao Check-in

Nome: _____ Data: __/__/____

1. Viagou recentemente (nos últimos 15 dias) de ou para fora do país? (Considerar principalmente destinos com maior número de casos como: Itália, Israel, Coreia, China, Irão).

2. Apresenta algum dos seguintes sintomas:

- Tosse intensa ou contínua
- Dificuldade respiratória
- Febre

3. Tem alguma pessoa próxima ou de família que apresente algum destes sintomas e com quem tenha estado recentemente?

Check-inPrevention Questionnaire

Name: _____ Date: __/__/____

1 Did you travel recently (in the last 15 days) into a different country? {Consider mainly destinations with the highest number of cases such as: Italy, Israel, Korea, China, Iran}.

2 Do you have any of the following symptoms:

- Intense and continuous cough
- Breathing difficulty
- Fever

3 Do you have a close person or family member who has any of these symptoms and with whom you have recently been?



Anexo I - Cartaz informativo sobre lavagem das mãos

NOVO CORONAVÍRUS COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS

 Duração total do procedimento: **20 segundos**

00  Molhe as mãos

01  Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos

02  Esfregue as palmas das mãos, uma na outra

03  Palma com palma com os dedos entrelaçados

04  Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa

05  Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

06  Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa

07  Enxague as mãos com água

08  Seque as mãos com um toalhete descartável



Anexo II – Recomendações para o uso correto das máscaras

COVID-19

MÁSCARAS

COMO COLOCAR

- 1º

LAVAR AS MÃOS ANTES DE COLOCAR
- 2º

VER A POSIÇÃO CORRETA

Verificar o lado correto a colocar voltado para a cara (ex: na máscara cirúrgica lado branco, com arame para cima)
- 3º

COLOCAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS
- 4º

AJUSTAR AO ROSTO

Do nariz até abaixo do queixo
- 5º

NÃO TER A MÁSCARA COM A BOCA OU COM O NARIZ DESPROTEGIDOS

DURANTE O USO

- 1º

TROCAR A MÁSCARA QUANDO ESTIVER HÚMIDA
- 2º

NÃO RETIRAR A MÁSCARA PARA TOSSIR OU ESPIRRAR
- 3º

NÃO TOCAR NOS OLHOS, FACE OU MÁSCARA

Se o fizer, lavar as mãos de seguida

COMO REMOVER

- 1º

LAVAR AS MÃOS ANTES DE REMOVER
- 2º

RETIRAR A MÁSCARA PELOS ATILHOS/ELÁSTICOS
- 3º

DESCARTAR EM CONTENTOR DE RESÍDUOS SEM TOCAR NA PARTE DA FRENTE DA MÁSCARA
- 4º

LAVAR AS MÃOS

TRANSPORTE E LIMPEZA DE MÁSCARAS REUTILIZÁVEIS

1. Manter e transportar as máscaras em invólucro fechado, respirável, limpo e seco.
2. Caso utilize máscara comunitária, deve confirmar que esta é certificada.
3. Lavar e secar, após cada utilização, seguindo as indicações do fabricante.
4. Verificar nas indicações do fabricante o número máximo de utilizações.

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



Anexo III – Sintomas

CORONAVÍRUS (COVID-19)

TOSSE
COUGH

FEBRE
FEVER

DIFICULDADE RESPIRATÓRIA
SHORTNESS OF BREATH

+

OU
OR

REGRESSOU DE ALGUMA DAS ÁREAS AFETADAS?
HAVE YOU RETURNED FROM ANY AFFECTED AREAS?

CONTACTOU COM UM DOENTE INFETADO
HAVE YOU BEEN IN CONTACT WITH AN INFECTED PATIENT

LIGUE PARA
PLEASE CALL

SNS 24
808 24 24 24

E INFORME SOBRE A SUA VIAGEM RECENTE
AND REPORT YOUR RECENT TRIP

REPÚBLICA PORTUGUESA SAÚDE

40 ANOS

SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

120 DGS Direcção-Geral da Saúde



Anexo IV - Recomendações

CORONAVÍRUS (COVID-19)

RECOMENDAÇÕES | RECOMMENDATIONS



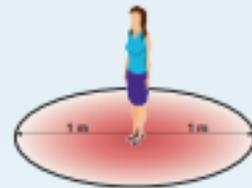
Quando espirrar ou tossir tape o nariz e a boca com o braço ou com lenço de papel que deverá ser colocado imediatamente no lixo

When coughing or sneezing cover your mouth and nose with your forearm or with tissue paper that should be placed immediately in the trash



Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use solução à base de álcool

Wash your hands frequently with soap and water or an alcohol-based solution



Se regressou de uma área afetada, evite contacto próximo com outras pessoas

If you returned from an affected area, avoid contact close with people

EM CASO DE DÚVIDA LIGUE
IF IN DOUBT, CALL

SNS 24 ☎
808 24 24 24



Anexo V – Medidas Gerais

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

HIGIENE DAS MÃOS

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool

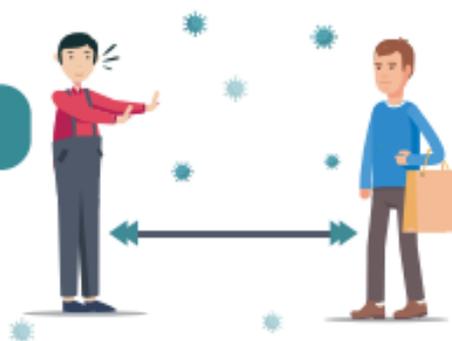


ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço. Deite o lenço no lixo

DISTANCIAMENTO SOCIAL

Mantenha a distância de segurança das outras pessoas de pelo menos 2 metros



SE TIVER ALGUM DOS SEGUINTE SINTOMAS:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE RESPIRATÓRIA

LIGUE
SNS 24

808 24 24 24