

Tabela de Especificidades por setor de atividade

Área de Atividade	Medidas Específicas
Atividade física, espaços de prática de exercício físico, massagens e clubes de saúde	• Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. • Usar máscaras faciais obrigatoriamente em espaços fechados para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos. Excetua-se o uso de máscara durante a prática de atividade física. • Promover uma ventilação adequada. • Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. • Acautelar que as entradas e saídas, sempre que exequível, devem ter circuitos próprios e separados, evitando o contacto entre pessoas. • Recomendar que entre sessões decorrentes no mesmo espaço, deve ser garantida a renovação do ar interior. Em situações de arejamento natural, deve efetuar-se a abertura de portas e janelas durante, pelo menos, 10 minutos. • Manter as salas de massagem individualizadas, devendo ser devidamente higienizadas e arejadas entre utilizações. Nestes espaços devem ser utilizadas máscaras pelos clientes e funcionários. Nos procedimentos mais próximos da face ou das vias respiratórias, em complemento à máscara, pode ser usada viseira ou óculos de proteção e touca. • Garantir que nas saunas, banhos turcos, hidromassagens/<i>jacuzzis</i> e equipamentos onde possam ocorrer a produção de aerossóis (estes dois últimos tipos de equipamentos devem, se possível, estar instalados num espaço próprio, não podendo funcionar em simultâneo com outros equipamentos) devem estar sujeitos às seguintes regras específicas de utilização, que permitam minimizar o risco de transmissão por SARS-CoV-2: ○ Higienização das mãos na entrada do espaço que dá acesso ao equipamento; ○ O uso destes equipamentos deve ser individual, podendo ser utilizados por mais do que uma pessoa caso sejam coabitantes; ○ O uso de equipamentos de hidromassagem/<i>jacuzzi</i> que estejam localizados no mesmo espaço que outros equipamentos, devem ser evitados.
Bares e Discotecas	• Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. • Garantir ventilação adequada. • Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. • Garantir o uso obrigatório de máscaras pelos trabalhadores, adequado à função e ao número trabalhadores a trabalhar em simultâneo, no contacto com os clientes.
Creches, Creches Familiares e amas	• Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. • Usar máscaras faciais obrigatoriamente em espaços fechados para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos bem como ventilação adequada. • Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. • Informar os encarregados de educação relativamente às normas de conduta do espaço e medidas de prevenção e controlo da transmissão de SARS-CoV-2.
Estabelecimentos de educação e/ou ensino	• Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. • Uso de máscaras faciais, obrigatório em espaços fechados para qualquer pessoa com idade superior a 10 anos, e, no caso dos alunos, a partir do 2.º ciclo do ensino básico, independentemente da idade. Excetua-se o uso de máscara durante a prática de exercício físico. Acautelar o arejamento adequado dos espaços.

	- Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. - Informar os encarregados de educação relativamente às normas de conduta do espaço e medidas de prevenção e controlo da transmissão de SARS-CoV-2. - Isolar pessoas com sintomatologia sugestiva e informar o encarregado de educação, no caso de serem menores de idade.
Espaços de atendimento ao público	- Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. - Usar máscaras faciais obrigatoriamente em espaços fechados para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos bem como ventilação adequada. - Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. - Acautelar que as entradas e saídas, sempre que exequível, devem ter circuitos próprios e separados, evitando o contacto entre pessoas.
Estabelecimentos de Restauração e similares	- Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. - Usar máscaras faciais obrigatoriamente em espaços fechados para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos bem como ventilação adequada. - Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. - Privilegiar a utilização de espaços destinados aos clientes em áreas exteriores, como as esplanadas abertas (sempre que possível). - Garantir o uso obrigatório de máscaras pelos trabalhadores, adequado à função e ao número trabalhadores a trabalhar em simultâneo, no contacto com os clientes e nas áreas de confeção de alimentos, designadamente, junto a fontes de calor, exceto quando tal seja impraticável respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização, remoção e substituição.
Espaços e Equipamentos onde se praticam atividades culturais Recintos Desportivos em Ambiente fechado e ambiente aberto Eventos de grande dimensão (desportivos, culturais, corporativos e outros)	- Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. - Usar máscaras faciais obrigatoriamente em espaços fechados para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos. Excetua-se o uso de máscara durante a prática de atividade física. - Manter uma ventilação adequada. - Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. - Sinalizar que o consumo de alimentos e bebidas em espaços fechados e durante os espetáculos é desaconselhado. - Acautelar que as áreas de espera e de atendimento devem ser organizadas de forma a evitar a formação de filas, garantindo o distanciamento físico entre pessoas que não sejam coabitantes, através da sinalização de circuitos e distanciamento. - Informar os utilizadores relativamente às normas de conduta do espaço e medidas de prevenção e controlo da transmissão da doença de COVID-19, com informação facilmente acessível em cartazes colocados de forma visível. - Garantir o uso obrigatório de máscaras pelos trabalhadores, adequado à função e ao número trabalhadores a trabalhar em simultâneo, no contacto com os clientes e nas áreas de confeção de alimentos, designadamente, junto a fontes de calor, exceto quando tal seja impraticável respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização, remoção e substituição. - Recomendar que durante os intervalos dos espetáculos, a circulação do público seja reduzida. - Recomenda-se que as entradas e saídas nos espaços tenham circuitos próprios, reduzindo o contacto e o cruzamento entre pessoas.

Hotéis	• Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. • Usar máscaras faciais obrigatoriamente em espaços fechados para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos bem como ventilação adequada. • Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. • Informar os trabalhadores e utilizadores, relativamente às normas de conduta do espaço e medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19. • Afixar nas entradas, de forma visível, as medidas de prevenção e controlo de infeção a cumprir pelos clientes. • Garantir o uso obrigatório de máscaras pelos trabalhadores, adequado à função e ao número trabalhadores a trabalhar em simultâneo, no contacto com os clientes e nas áreas de confeção de alimentos, designadamente, junto a fontes de calor, exceto quando tal seja impraticável respeitando as condições de higiene e de segurança durante a sua colocação, utilização, remoção e substituição.
Locais de Culto e Religiosos	• Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. • Usar máscaras faciais obrigatoriamente em espaços fechados para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos bem como ventilação adequada. • Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. • Certificar que os recipientes com água para purificação com utilização coletiva (ex: pias de água benta, junto à entrada das igrejas), deverão manter-se vazias. • Substituir momentos que envolvem contacto físico (por exemplo: aperto de mão, beijo ou abraço) por outro tipo de saudação que garanta a distância entre pessoas e evite o toque. • Permitir que os celebrantes e ministros da palavra poderão retirar a máscara para a proclamação, mantendo a distância com os presentes. • Acautelar que as entradas e saídas nestes espaços, sempre que exequível, devem ter circuitos próprios, separados e controlados, evitando a aglomeração de pessoas e a formação de filas, através da sinalização bem como dos pontos de estrangulamento de passagem.
Transportes públicos coletivos e individuais	• Observar sempre que aplicável as orientações descritas nos pontos anteriores. • Usar máscaras faciais obrigatoriamente para pessoas com idade igual ou superior a 10 anos como também nas paragens, bem como ventilação adequada. • Promover a existência na empresa/instituição de um Plano de Contingência para o SARS-CoV-2 atualizado. • Respeitar os circuitos de entrada e saída que dão acesso ao meio de transporte, assim como a sinalética e a utilização adequada e permanente de máscara no interior dos meios de transporte. • Sinalizar que o consumo de alimentos e bebidas no interior do meio de transporte público é desaconselhado.