



Plano de Contingência
Secção de Ginástica
Associação Académica de Coimbra

Festa de Natal
18 de dezembro de 2021

Informações principais

A Festa de Natal terá lugar no Pavilhão 3 do EUC, no dia 18 de dezembro, das 10h às 18h.

A Festa será dividida em 4 sessões, com a seguinte distribuição de classes e horários:

Sessão 1 - 10h (115 ginastas)

- Minhocas, Cambalhotas 1, Pinotes 5, PC Infantis 1, Classes de competição com ginastas a definir pelos técnicos (TR, TU e ACRO) e Ícaros

Sessão 2 - 11:30h (129 ginastas)

- Cambalhotas 2, Pinotes 4, Pinotes 3 e 6, Classes de competição com ginastas a definir pelos técnicos (TR, TU e ACRO), Aramista e Lazer

Sessão 3 - 14h (156 ginastas)

- Cambalhotas 3, Pinotes 1, PC Iniciados, Classes de competição com ginastas a definir pelos técnicos (TR, TU e ACRO), Parkour e sub20

Sessão 4 - 15:30h (150 ginastas)

- Cambalhotas 4, Pinotes 2, PC Infantis 2, Classes de competição com ginastas a definir pelos técnicos (TR, TU e ACRO) e sub20

Voluntários - 12:

4 pessoas à entrada e saída de pais e ajudam na desinfeção do espaço

2 pessoas para indicar lugares, sinalética e desinfeção dos lugares no final

4 pessoas à entrada e saída de ginastas

2 pessoas no recinto a desinfetar material e a dar apoio às classes que necessitem.

Para aceder ao recinto e poder assistir ao nosso espetáculo, deverá ser necessário apresentar teste covid-19 negativo, (RT-PCR, até 72h de antecedência ou teste rápido antigénio, até 48h de antecedência) - autoteste não admitido, ou Certificado de Vacinação válido à entrada do mesmo.

É estritamente proibido comer dentro do espaço, tanto para ginastas como para os pais que assistem na bancada.

É obrigatório utilizar máscara e apelamos à desinfeção das mãos à entrada e saída do recinto.

Após cada Sessão, será feita a devida desinfeção das bancadas e do espaço pelos nossos voluntários, entre Festas, para que ocorra tudo com a maior segurança.

A utilização de balneários apenas poderá ser feita para mudar de roupa e utilização do WC. Não será permitido o uso de chuveiros devido ao perigo de aerossolização.

Durante o evento, o espaço interior será arejado por meios naturais, através de portas laterais do Pavilhão.

Circulação dentro do Pavilhão

A **entrada para os pais** será pela porta principal. Para aceder às bancadas, devem-no fazer pelas escadas, circulando pela direita nos dois sentidos.

A **entrada dos ginastas** deverá ser feita pela porta traseira. Estes serão recolhidos pelos seus treinadores e/ou pelos voluntários que estarão presentes a ajudar. A **saída** destes, será por dois locais:

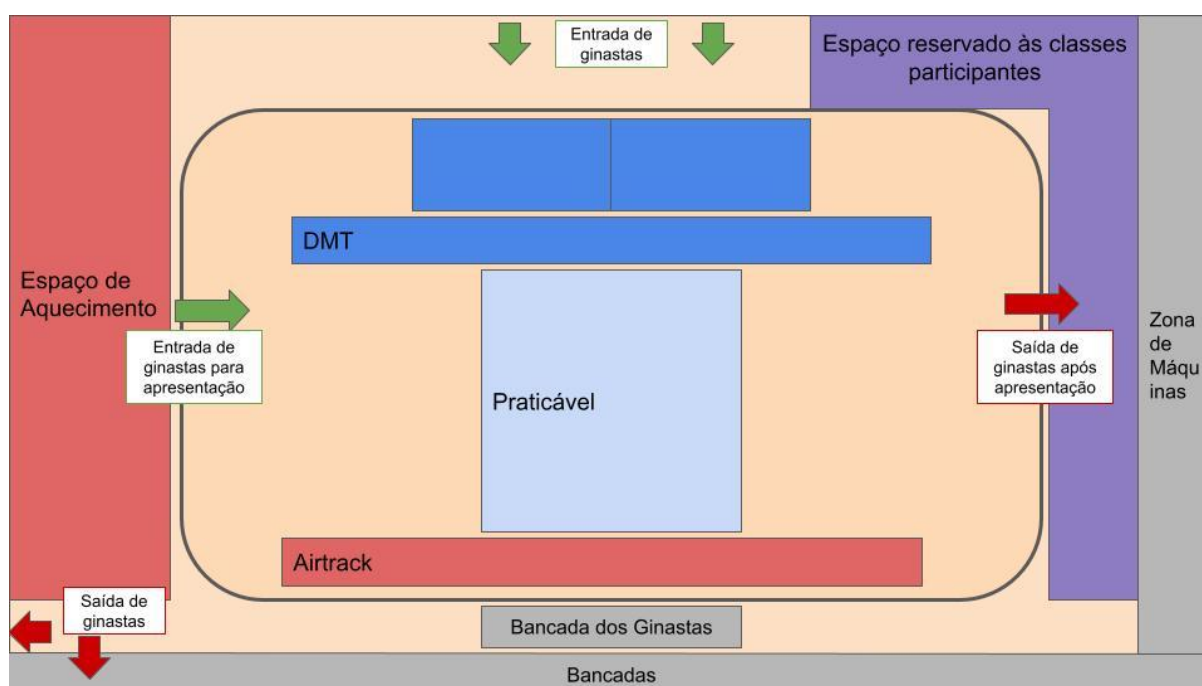
- Para as classes de Formação: saída pela passagem/rampa interior que dá ao acesso às escadas e porta principal, onde estarão os treinadores e os pais para os levar e recolher, respetivamente.
- Para as restantes classes: saída pela porta grande azul, junto à escalada, que tem uma rampa de acesso ao exterior.

Organização do Espaço

Dentro do espaço, a organização será a seguinte:

- Após a entrada, cada ginasta deverá ir ter com a sua classe, que terá um lugar específico devidamente identificado para assistir à Festa, junto ao acrílico das máquinas de musculação (topo norte). O aquecimento de cada classe será na parede

oposta (topo sul), pelo que a classe deverá passar atrás dos biombos para aceder a este espaço. Após o aquecimento, a entrada para o praticável e realização dos esquemas é feita por esse lado e a saída é feita pela frente, devendo-se dirigir ao local onde se encontra a sua classe, após a apresentação e ficar a assistir até ao final no local anteriormente indicado. Após o término da Festa, os ginastas terão de sair do recinto para que os ginastas da Festa seguinte possam utilizar o espaço (esquema abaixo). Os ginastas apenas retiram a máscara no momento de entrada na apresentação, durante o restante período é imprescindível a sua utilização.



Bancada e Lugares marcados:

A venda de bilhetes está a ser realizada com marcação de lugares sentados, de forma a que o evento seja mais seguro, não havendo mistura de espectadores, cumprindo o distanciamento entre os mesmos.

Os espectadores apenas poderão frequentar este espaço destinado a ver o espetáculo, não podendo estar antes ou posteriormente ao evento dentro do recinto juntamente com os restantes atletas.

Haverá uma bancada para ginastas que necessitem de permanecer no Pavilhão, entre Festas. Esta será distinta da bancada do público em geral.

PROCEDIMENTOS PERANTE CASO SUSPEITO

Em caso de deteção de um caso suspeito, deve este ser encaminhado para a sala de isolamento por um trabalhador do EUC, devendo este observar os seguintes procedimentos:

- Colocar máscara cirúrgica e luvas ANTES de se aproximar do caso suspeito;
- Entregar uma máscara cirúrgica e luvas à pessoa com sinais de doença;
- Manter sempre uma distância de pelo menos 2 metros;
- Usar o percurso definido (direção norte-sul pelo lado este) até à zona da sala de isolamento, evitando contacto próximo com outras pessoas;
- Identificar e registar os espaços frequentados pela pessoa e os contactos estabelecidos com a mesma nesse local.

Por outro lado, a pessoa com sinais de doença deverá:

- Seguir as orientações constantes do folheto disponível na sala de isolamento profilático;
- Contactar a Linha Saúde 24 (808 24 24 24) e seguir as instruções que lhe forem dadas.

O EUC definiu uma sala de isolamento, localizada no Edifício dos Serviços Administrativos (lado sul do EUC). Esta sala está equipada com telefone, termómetro, lenços de papel, luvas e máscaras cirúrgicas, alimentos secos e água, recipiente para lixo, acesso a instalação sanitária de uso exclusivo e folheto explicativo dos procedimentos a adotar.

Estádio Universitário de Coimbra, Santa Clara

3040-256 Coimbra

Telefone: + 351 239 441 406 Telemóvel: + 351 930 457 149 (Jorge Caldeira)

Endereço de correio eletrónico: estadio@uc.pt

Para qualquer situação não mencionada, informamos que está em vigor o Plano de Contingência do EUC.

Secção de Ginástica - Contactos durante e pós evento:

Rita Oliveira: 919 314 084

Mónica Wolters: 912 709 042

Secção de Ginástica

Associação Académica de Coimbra

acginastica@gmail.com