



**COVID-19**

# **PLANO DE CONTINGÊNCIA**

**ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DE PENEDO GORDO**



## Índice

<b>1. Introdução</b>	<b>4</b>
<b>2. Enquadramento Legal</b>	<b>4</b>
<b>3. COVID-19 e o novo Coronavírus</b>	<b>4</b>
Tempo de Incubação e Transmissão do Vírus	5
Principais Sinais e Sintomas	5
Avaliação de Risco de Transmissão	5
<b>4. Medidas de Prevenção, Controlo e Minimização de Risco na Prática Desportiva</b>	<b>6</b>
<b>5. Medidas a adotar pelo Clube</b>	<b>6</b>
<b>6. Medidas a adotar por jogadores, treinadores e outros utilizadores</b>	<b>7</b>
<b>7. Acesso às instalações e utilização de balneários</b>	<b>7</b>
Circulação nas instalações desportivas	7
Utilização de balneários	8
Recinto de Jogo e Bancos de Suplentes	8
<b>8. Área de Isolamento</b>	<b>9</b>
<b>9. Definição de Caso Suspeito</b>	<b>9</b>
<b>10. Procedimentos na ocorrência de Caso Suspeito</b>	<b>9</b>
<b>11. Procedimentos após validação de Caso Suspeito</b>	<b>10</b>
<b>12. Identificação do responsável do clube</b>	<b>10</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>11</b>



## Índice de Anexos

<b>ANEXO I</b> .....	<b>12</b>
TERMO DE RESPONSABILIDADE .....	12
<b>ANEXO II</b> .....	<b>13</b>
Listagem de Utilizadores .....	13
<b>ANEXO III</b> .....	<b>14</b>
Medidas Gerais .....	14
<b>ANEXO IV</b> .....	<b>15</b>
Lavagem das Mãos.....	15
<b>ANEXO V</b> .....	<b>16</b>
Correta Utilização da Máscara.....	16



## 1. Introdução

A atual situação epidemiológica causada pela doença COVID-19 exigiu que todas as organizações, no decurso da sua atividade, implementassem um conjunto de medidas que previnam a sua transmissão. Nesse sentido, foi elaborado este Plano de Contingência, cujo conteúdo será atualizado sempre que surjam novos dados científicos e/ou novas recomendações da Organização Mundial da Saúde, Direção-Geral da Saúde (DGS) ou outras autoridades.

Este documento, implementado com base nas orientações da DGS e no plano de contingência do Município de Beja, será do conhecimento de todos os agentes desportivos envolvidos em contexto de treino e competição que utilizem as instalações do Campo de Jogos Carolina Almodôvar Fernandes, em Penedo Gordo e o cumprimento das normas nele descritas é obrigatório.

A Associação Cultural e Desportiva de Penedo Gordo irá tornar público este Plano de Contingência e compromete-se a fornecê-lo sempre que este for solicitado através dos nossos contactos.

## 2. Enquadramento Legal

Este Plano de Contingência é elaborado ao abrigo das seguintes orientações e documentos:

- Lei nº 81/2009, de 21 de agosto;
- Resolução do Conselho de Ministros n.º 40-A/2020 de 29 de maio;
- Despacho n.º 6134-A/2020 de 5 de junho;
- Orientação n.º 6/2020 de 26 de fevereiro, da DGS;
- Orientação n.º 14/2020 de 21/03/2020, da DGS;
- Orientação n.º 15/2020 de 23/03/2020 com atualização a 24 de abril, da DGS;
- Orientação n.º 30/2020 de 20/07/2020, da DGS;
- Orientação n.º 36/2020 de 25/08/2020, da DGS;
- Manual de Procedimentos para Utilização das Instalações Desportivas, do Município de Beja, atualizado a 4 de setembro de 2020.

## 3. COVID-19 e o novo Coronavírus

Segundo a DGS, "os coronavírus pertencem à família *Coronaviridae* que integra vírus que podem causar infeção no Homem, noutros mamíferos (por exemplo nos morcegos, camelos, civetas) e nas aves. Até à data, conhecemos oito coronavírus que infetam e podem causar doença no Homem. Normalmente, estas infeções afetam o sistema respiratório, podendo ser semelhantes às constipações comuns ou evoluir para uma doença mais grave, como a pneumonia. Dos coronavírus que infetam o Homem o SARS-CoV, o MERS-CoV e o SARS-CoV-2 saltaram a barreira das espécies, ou seja, estes vírus foram transmitidos ao Homem a partir de um animal reservatório ou hospedeiro desses vírus."

Identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan, o novo coronavírus, designado como SARS-CoV-2, nunca tinha sido identificado em humanos. A fonte de infeção ainda é desconhecida e a investigação sobre o vírus continua em desenvolvimento.



## Tempo de Incubação e Transmissão do Vírus

Segundo a DGS, o período de incubação da doença situa-se entre 1 e 14 dias. Este dado é estimado de acordo com os estudos realizados sobre a família *Coronaviridae* e o novo Coronavírus.

A transmissão da COVID-19 pode ocorrer de pessoa-a-pessoa, por contacto próximo com indivíduos infetados pelo vírus SARS-CoV-2 ou através de superfícies e objetos contaminados.

A transmissão ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou pela boca de pessoas infetadas. Estas gotículas podem atingir diretamente quem estiver próximo ou podem depositar-se em objetos ou superfícies que rodeias a pessoa infetada.

Boca, nariz e olhos são as zonas mais sensíveis do nosso corpo no que toca a infeções respiratórias. Para além de poderem ser atingidos diretamente pelas gotículas com partículas virais, pode ainda ocorrer contacto das mãos com qualquer uma destas zonas.

Para já, ainda não há tratamentos específicos ou uma vacina para a COVID-19. Assim, o clube deverá aplicar um conjunto de medidas preventivas que tenham em consideração as vias de transmissão direta (via aérea e por contacto) e as vias de transmissão indireta (superfícies ou objetos contaminados).

## Principais Sinais e Sintomas

Os sinais ou sintomas da COVID-19 variam em gravidade, podendo inclusive verificar-se a ausência de sintomas (casos assintomáticos). Dos principais sintomas a ter em conta destacam-se **febre, tosse, dor de garganta; cansaço e dores musculares**. Podem ocorrer em casos mais graves **pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico, eventual morte**. Para além destes, verificou-se recentemente a ocorrência de casos com anosmia (perda de olfato) e/ou perda de paladar como sintomas da COVID-19.

## Avaliação de Risco de Transmissão

A avaliação do risco de transmissão da doença COVID-19 é efetuada pela soma dos seguintes fatores de risco:

- Transmissão ativa na comunidade;
- Atividade Coletiva;
- Contacto Interpessoal;
- Partilha de equipamentos;
- Partilha de instalações;
- Realização em espaços fechados.

Para auxiliar na análise de risco as autoridades utilizarão uma matriz de avaliação, adaptada a partir de uma ferramenta de cálculo desenvolvida pela Organização Mundial da Saúde, considerando:

- 1 – Muito Baixo;
- 2 – Baixo;
- 3 – Moderado-Baixo;
- 4 – Moderado-Alto;
- 5 – Elevado;
- 6 – Muito Elevado.



## 4. Medidas de Prevenção, Controlo e Minimização de Risco na Prática Desportiva

As instalações desportivas, pelas suas características, podem ser locais de potencial transmissão da infeção por SARS-CoV-2, quer por contacto direto e/ou indireto. Por isso, a implementação das medidas de prevenção, controlo e minimização de risco de transmissão do Vírus permite a realização de atividades desportivas com a maior segurança possível, tendo como base as medidas gerais de proteção: **distanciamento físico; etiqueta respiratória; higiene das mãos; higiene de superfícies**. Estas medidas são ainda complementadas com orientações específicas para as instalações, como a **limitação do uso de balneários** e a **interdição da partilha de equipamentos desportivos**. Neste sentido, e tendo como pano de fundo os benefícios da prática desportiva no bem-estar físico, psicológico e social, a retoma das atividades desportivas e do treino desportivo, está enquadrada e fundamentada nas recomendações das autoridades de saúde, havendo naturalmente uma contextualização da mesma no que se refere a:

- Características e condições das instalações;
- Especificidade da modalidade e das sessões de prática;
- Idade, nível de prática, estado de saúde e proveniência dos praticantes.

Um conjunto de documentos auxiliares é parte integrante do manual de procedimentos, nomeadamente: listas de controlo, sinalética; cartazes; termos de responsabilidade.

## 5. Medidas a adotar pelo Clube

A Associação Cultural e Desportiva de Penedo Gordo deve garantir, de acordo com o Decreto-Lei n.º 20/2020, com a Resolução de Conselho de Ministros n.º 40 A/2020 e a com as Orientações n.ºs 030/2020 e 036/2020 da DGS:

- A publicação e cumprimento deste Plano de Contingência;
- A afixação em zonas relevantes e de grande visibilidade das regras de etiqueta respiratória, de higienização correta das mãos, de utilização correta das máscaras, e de funcionamento das instalações;
- O funcionamento das instalações com regras específicas de etiqueta respiratória, de lavagem correta das mãos e de correta utilização da máscara;
- A utilização obrigatória dos dispensadores de solução antisséptica de base alcoólica (SABA) ou solução à base de álcool, junto às receções, entradas e saídas de casas de banho, salas ou espaços de prática desportiva);
- O acesso autorizado às instalações, com obrigatoriedade de um registo, devidamente autorizado, dos funcionários e utilizadores (nome e contacto telefónico), que frequentam os espaços de prática, por período de utilização, para efeitos de eventual vigilância epidemiológica. Ficam autorizados a utilizar as instalações os praticantes desportivos, bem como os treinadores e pessoal diretamente ligado às equipas de treino, que não apresentem sinais ou sintomas sugestivos de COVID-19 (tosse, febre (> 38º), dificuldade respiratória, corrimento nasal, dor de garganta, dor de cabeça, dores musculares, dores nas articulações, cansaço, diarreia ou perda do olfato). As listas de utilizadores deverão ser enviadas para o Serviço de Desporto através do email [desporto@cm-beja.pt](mailto:desporto@cm-beja.pt).
- Que é assinado de termo de responsabilidade, no qual se explicita o compromisso na utilização responsável e consciente no contexto de pandemia;
- A desinfecção de material utilizado no treino ou jogo;



- A Circulação nas áreas identificadas de forma a evitar, tanto quanto possível, a concentração de pessoas à entrada dos espaços, que estão preparados para acatar a restrição ou limitação de pessoas, caso Autoridade de Saúde local, regional ou nacional o determine.
- A definição e informação a todos os utilizadores sobre a utilização e as lotações admissíveis nos balneários e instalações sanitárias, de forma a garantir o distanciamento entre pessoas.
- O obrigatório uso de máscara por parte de funcionários/staff, na entrada e saída das instalações, circulação nos espaços comuns e controlo dos acessos;
- Que em espaços fechados e abertos é assegurado o distanciamento físico mínimo de pelo menos dois metros entre pessoas em contexto de não realização de exercício físico e de pelo menos três metros entre pessoas durante a prática de exercício físico;
- A interdição de entrada de público nas instalações desportivas, bem como de Encarregados de Educação de utilizadores menores de idade.

## 6. Medidas a adotar por jogadores, treinadores e outros utilizadores

Os utilizadores das instalações do Campo de Jogos Carolina Almodôvar Fernandes devem:

- Monitorizar a temperatura corporal antes de sair de casa. Em caso de febre, o indivíduo deverá permanecer em casa;
- Evitar comportamentos de risco no seu dia-a-dia;
- Utilizar máscara e cumprir as regras de higienização na entrada e saída das instalações e circulação nos espaços comuns. Dispensa da obrigatoriedade do uso de máscara durante a realização de exercício físico;
- Utilizar as áreas comuns de forma célere, no sentido de evitar a formação de aglomerados;
- Evitar os habituais cumprimentos sociais (ex.: aperto de mão);
- Cumprir e promover o cumprimento das restantes normas descritas neste Plano de Contingência.

Os jogadores e treinadores devem, ainda:

- Ter em conta que não é permitido utilização de calçado do exterior nas zonas de realização da prática desportiva;
- Garantir a desinfecção do material de utilização individual em treino ou jogo;
- Limitar a quantidade de material a usar em ambiente de treino ao essencial;
- Evitar o empréstimo de qualquer tipo de material e/ou equipamento, incluindo garrafas de hidratação;
- Cumprir escrupulosamente os horários definidos pelo clube;
- Cumprir e promover o cumprimento das restantes normas descritas neste Plano de Contingência.

## 7. Acesso às instalações e utilização de balneários

### Circulação nas instalações desportivas

O acesso e circulação nas instalações desportivas deverá respeitar os circuitos sinalizados, processando-se da seguinte forma para a **equipa visitada** e para a **equipa de arbitragem**:

- A zona de estacionamento indicada é parque em frente à entrada principal do Campo de Jogos Carolina Almodôvar Fernandes;



- A entrada dos elementos da equipa visitada e da equipa de arbitragem é feita um a um, pela porta principal do Campo de Jogos Carolina Almodôvar Fernandes, respeitando as marcações e sinalização colocada no local;
- É obrigatória a desinfeção das mãos à entrada das instalações;
- É obrigatória a utilização de máscara;
- Serão efetuados o registo de entrada e a medição de temperatura corporal de cada indivíduo.

O acesso e circulação nas instalações desportivas deverá respeitar os circuitos sinalizados, processando-se da seguinte forma para a **equipa visitante**:

- A zona de estacionamento indicada é parque de terra, situado na lateral do Campo de Jogos Carolina Almodôvar Fernandes;
- A entrada dos elementos da equipa visitada é feita um a um, pelo portão lateral, respeitando as marcações e sinalização colocada no local;
- É obrigatória a desinfeção das mãos à entrada das instalações;
- É obrigatória a utilização de máscara;
- Serão efetuados o registo de entrada e a medição de temperatura corporal de cada indivíduo.

### Utilização de balneários

A Associação Cultural e Desportiva de Penedo Gordo disponibiliza os seguintes espaços, com regras específicas de utilização, de modo a cumprir o distanciamento físico e evitar aglomerados:

- 1 balneário para a equipa visitada, com capacidade máxima de 6 pessoas em simultâneo para equipar e 2 pessoas em simultâneo nos banhos;
- 1 balneário para a equipa visitante, com capacidade máxima de 6 pessoas em simultâneo para equipar e 2 pessoas em simultâneo nos banhos;
- 1 balneário para a equipa de arbitragem, com capacidade máxima de 3 pessoas em simultâneo para equipar e 1 pessoa no banho.

Para além das orientações já descritas neste plano de contingência, os utilizadores destes espaços deverão, ainda, cumprir as seguintes normas:

- A entrada nos balneários destinada aos atletas deverá ser faseada, de forma a evitar aglomeração de pessoas;
- A desinfeção das mãos é obrigatória a cada entrada ou saída dos balneários, com recurso aos dispensadores de álcool-gel disponibilizados pelo clube;
- Os utilizadores devem respeitar a sinalização e utilizar apenas os espaços/zonas e bancos indicados;
- Após a realização do jogo/treino, os banhos devem, de igual modo, ser faseados e rápidos, cumprindo o número limite de elementos no interior do espaço em simultâneo e o distanciamento;
- O espaço deve estar devidamente ventilado durante todo o processo.

### Recinto de Jogo e Bancos de Suplentes

Os utilizadores devem apenas utilizar os bancos assinalados, garantindo a distância entre pessoas e utilizando máscara, exceto nos momentos de prática de exercício físico, nos momentos de treino ou competição.



## 8. Area de Isolamento

Com o propósito de evitar uma potencial exposição e propagação da COVID-19, define-se como sala de Isolamento do Campo de Jogos Carolina Almodôvar Fernandes, a sala de arrumação de material desportivo, atualmente fora de serviço.

Esta sala estará equipada de acordo com o definido pela orientação n.º 06/2020 de 26 de fevereiro de 2020, da DGS.

## 9. Definição de Caso Suspeito

De acordo com a DGS, define-se como caso suspeito quem apresente como critérios clínicos infeção respiratória aguda (febre, tosse ou dificuldade respiratória), associados a critérios epidemiológicos.

## 10. Procedimentos na ocorrência de Caso Suspeito

Numa potencial ocorrência de um caso suspeito, o elemento responsável designado pelo clube deverá ser informado. Este elemento fará também o acompanhamento do indivíduo identificado como caso suspeito até à sala de isolamento definida neste documento, garantindo que em todo o processo os intervenientes cumprem o distanciamento social e utilizam máscara cirúrgica (exceto se a condição clínica do elemento identificado como caso suspeito não o permitir). Recomenda-se, ainda, que o responsável pelo acompanhamento esteja equipado com luvas descartáveis.

Uma vez na sala de isolamento, deverá ser contactada a linha SNS 24 (808 24 24 24), seguindo todas as indicações recebidas até que seja efetuada a avaliação do caso.

Na avaliação de um caso suspeito podem obter-se dois resultados:

- Caso Suspeito Não Validado: este fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica do indivíduo;
- Caso Suspeito Validado: a DGS ativa o INEM, o INSA e Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos.

Logo que possível, será informado o responsável da Associação de Futebol de Beja designado para o acompanhamento de casos de COVID-19 no âmbito dos clubes seus filiados.



## 11. Procedimentos após validação de Caso Suspeito

Caso se verifique a validação do caso suspeito, o indivíduo deverá permanecer na área de isolamento, com o devido equipamento de proteção individual, até à chegada da equipa do INEM que fará o transporte até ao hospital de referência.

Todos os espaços e acessos utilizados pelo indivíduo devem ser interditados até que se proceda à respetiva limpeza e desinfeção.

O caso positivo deve ser isolado, ficando impossibilitado de participar nos treinos e nas competições até à obtenção de resultados que comprovem a recuperação do indivíduo.

Na sequência deste procedimento, a Associação Cultural e Desportiva de Penedo Gordo deverá:

- Providenciar a limpeza e desinfeção (descontaminação) da área de isolamento;
- Reforçar a limpeza e desinfeção, principalmente nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do balneário e equipamentos utilizados pelo doente confirmado;
- Dar especial atenção à limpeza e desinfeção do local onde se encontrava o doente confirmado (incluindo materiais e equipamentos utilizados por este);
- Armazenar os resíduos do Caso Confirmado em saco de plástico (com espessura de 50 ou 70 micron) que, após ser fechado (ex. com abraçadeira), deve ser segregado e enviado para operador licenciado para a gestão de resíduos hospitalares com risco biológico.

## 12. Identificação do responsável do clube

A Associação Cultural e Desportiva de Penedo Gordo define como coordenador deste Plano de Contingência, com a responsabilidade de divulgar o Plano de Contingência, coordenar a implementação do Plano de Contingência e garantir o contacto com as autoridades de saúde:

**Nuno Jesus Romana Martins**

**Presidente da Direção da Associação Cultural e Desportiva de Penedo Gordo**  
**927 797 818**



# **ANEXOS**



## ANEXO I

### TERMO DE RESPONSABILIDADE

Eu, \_\_\_\_\_, portador do documento de identificação n.º \_\_\_\_\_, agente desportivo federado da modalidade de \_\_\_\_\_ no clube \_\_\_\_\_, com residência habitual no concelho de: \_\_\_\_\_, declaro por minha honra, que:

1. Adotarei um comportamento socialmente responsável, cumprindo de forma exemplar as medidas gerais recomendadas pela Direção-Geral da Saúde, na minha vida em sociedade e durante a prática desportiva, designadamente, a etiqueta respiratória, a higienização frequente das mãos, e, sempre que aplicável, o distanciamento físico e a utilização de máscara;
2. Comprometo-me a utilizar máscara em todas as situações previstas e recomendadas pelas autoridades de saúde;
3. Monitorizarei os meus sinais e sintomas, nomeadamente febre, tosse e dificuldade respiratória, durante a prática desportiva, quer em contexto de treino quer em competição, em particular, nas vésperas e no dia do treino e competição;
4. Informarei o meu clube ou federação, de imediato, relativamente a eventuais contactos com indivíduos suspeitos de COVID-19 ou com casos confirmados de infeção por SARS-CoV-2, bem como da manifestação de sinais e sintomas de COVID-19, nomeadamente febre, tosse, ou dificuldade respiratória. Aplicarei esta mesma regra a todos os elementos do meu agregado familiar;
5. Aceito submeter-me a todos os testes e exames laboratoriais determinados pela equipa médica do meu clube, federação ou pelas Autoridades de Saúde;
6. Participarei, sempre que solicitado, nas iniciativas de cariz social e educativo de sensibilização de todos os agentes desportivos e da sociedade para a prevenção e controlo da COVID-19.

\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 202\_\_

Assinatura:

\_\_\_\_\_

Assinatura do Encarregado de Educação (no caso de agentes desportivos menores de idade):

\_\_\_\_\_



## ANEXO III

### 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

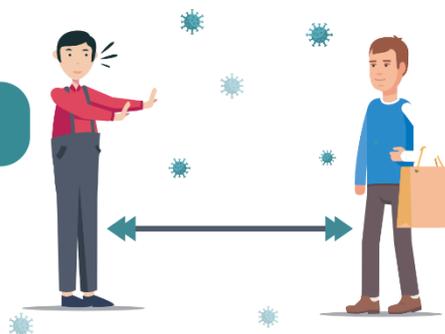


## ETIQUETA RESPIRATÓRIA

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 1,5 - 2 metros



SE TIVER ALGUM DOS  
SEGUINTE SINTOMAS:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE  
RESPIRATÓRIA

LIGUE  
SNS 24

808 24 24 24

#SEJAMAGENTEDESUAUDEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

## ANEXO IV

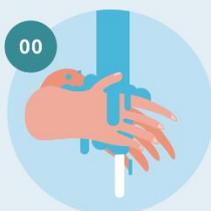
### Lavagem das Mãos

COVID-19

# LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: 20 segundos



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



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



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



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS

## ANEXO V

### Correta Utilização da Máscara

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.

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA  
#ESTAMOSON  
#UMCONSELHODADGS



Este Plano pode ser atualizado a qualquer momento, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da COVID-19 e as orientações emanadas pela Direção-Geral da Saúde e/ou outras entidades responsáveis.

Penedo Gordo, 19 de outubro de 2021

Pela Direção da Associação Cultural e Desportiva de Penedo Gordo

Nuno José Romana Martins

4-1



**ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DE PENEDO GORDO**