



obrigado por confiar no cowork aveiro

manual de boas práticas para
a redução de infeção em
ambiente de trabalho coletivo

 safeatwork.pt

safe  Work.

 [coworkaveiro](https://www.facebook.com/coworkaveiro)

 info@coworkaveiro.pt



O Ocupa Cowork Aveiro está profundamente comprometido em apoiar os nossos membros no regresso ao espaço. A segurança de todos é o nosso maior foco e para tal implementámos o conceito Safe at Work, que se baseia num conjunto de boas práticas na proteção de pessoas em contexto de trabalho coletivo e que são usadas amplamente por espaços de cowork por todo o mundo.

O objetivo do Safe at Work passa por ajudar os profissionais a sentirem-se mais confiantes a regressarem gradualmente aos seus postos de trabalho sabendo que o espaço que o espera é seguro e que todos os seus utilizadores cumprem o Safe at Work.

Todas as medidas implementadas têm como base as orientações da DGS e OMS pelo que podem ser alteradas se as entidades atualizarem as orientações.

safe  at work

A eficácia de qualquer medida implementada começa pela auto monitorização diária, feita pelo próprio coworker ou colaborador e visa a avaliação da febre e a verificação de tosse ou dificuldade em respirar; Caso tenha algum desses sintomas pedimos que nos avise, fique em casa e não se desloque para as instalações. Contacte o SNS24 (808 24 24 24)

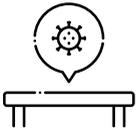


A chegar ao Ocupa Cowork Aveiro o membro deverá aplicar as medidas do safe at work da seguinte forma:



check-in / recepção

- Higieneização das mãos à entrada através de dispensador de solução alcoólica disponibilizado.
 - Recolha de Individual para colocar no seu posto de trabalho.
 - Um colaborador estará sempre presente nas instalações e pronto para garantir a sua segurança, e limpar com frequência as superfícies sujeitas ao toque.
 - Sempre que entrar e sair do espaço
- desinfecte as mãos com a solução alcoólica presente na recepção.
 - Informações de Segurança afixada nas recepção em local visível.
 - Disponibilizamos máscaras aos nossos clientes, e está instituída a obrigatoriedade do uso quando nos visitam, ou se deslocam ao nosso espaço.
 - Reuniões devem ser agendadas previamente tendo em conta a lotação autorizada da sala.



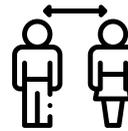
etiqueta de higiene

- É disponibilizado um dispensador de solução alcoólica individual para usar no posto de trabalho para que possam com regularidade fazer a higiene das mãos - o mesmo não pode sair das instalações.
- Apesar de existirem barreiras entre mesas é ainda obrigatório o uso de máscara. Proteja-se a si e aos outros.
- Evite partilhar objectos pessoais como telemóveis, carregadores, livros, entre outros.
- Lave as mãos durante aproximadamente 20 seg, ou use a solução à base alcoólica com 70% de álcool.
- Mantenha a etiqueta respiratória, se tossir ou espirrar, faça-o para a prega do cotovelo, com o antebraço flectido, ou use um lenço de papel, que deverá ser imediatamente descartado, após descartar o lenço, lave de imediato, as mãos. Caso tenha utilizado o braço, lave-o, ou à camisola, assim que possível.
- 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.
- Se sentir algum sinal de febre alta ou tosse persistente, fique em casa e avise-nos para que possamos iniciar a vigilância de sintomas nos restantes utilizadores e colaboradores.
- Os postos de trabalho, serão limpos e desinfectadas no final do dia ou sempre que algum utilizador, deixe o seu lugar e coloque na reciclagem o seu toalhete individual.
- A higienização do espaço foi reforçada sendo o pavimento lavado com produto próprio desinfetante e desbacterizante SUMA BAC D10. O mesmo produto é usado nas superfícies do WC e sempre que necessário após cada utilização. As superfícies de toque são desinfetadas com a regularidade necessária.



circulação de ar

- Mantemos sempre que possível a nossa porta aberta para obter uma ventilação natural. Durante a noite usamos a nossa extração mecânica forçando o ar para o exterior.
- As reuniões são marcadas com 1h de diferença entre elas para renovar o ar e permitir a higienização da sala.



distanciamento

- Todas as secretárias passaram a ter divisórias físicas que não só separam de forma segura mas promovem também uma acrescida privacidade.
- Recomendamos manter uma distância de pelo menos 1,5-2 metros das outras pessoas.
- As visitas ao espaço são marcadas com antecedência e acompanhadas com a devida distância. Os espaços comuns e superfícies de toque serão desinfetadas de seguida.



sala de reuniões

- Limitámos o acesso e lotação da sala para evitar aglomerados.
- O agendamento continua a ser efetuado online e com a devida antecedência.
- Comandos de ar condicionado, projectores, etc., encontram-se na recepção. Sempre que necessário, solicite-os que prontamente levarão e farão o manuseio dos mesmos, com o objectivo de evitar o toque por várias pessoas.
- Use um toalhete individual na mesa de reunião. Quando a reunião terminar, coloque o toalhete na reciclagem.
- No fim de cada reunião, a sala será higienizada para que esta possa ser usada de novo em segurança e após a renovação do ar.
- Quando possível, privilegie as reuniões online, para evitar contacto entre clientes, público, colaboradores e visitantes.



espaços comuns

- Todos os dias as superfícies sujeitas ao toque são limpas com soluções adequadas. Em cada secretária encontra um mini dispensador de álcool para uso individual dentro das instalações.
- Use o toalhete individual que recolhe na entrada, no seu posto de trabalho. Na sua saída, deposite o mesmo na reciclagem.
- Na entrada e saída do lounge, ou espaços comuns, higienize as suas mãos nos dispensadores de solução alcoólica que tem sempre há disposição.
- O espaço irá garantir a higienização dos postos de trabalho sempre que sair algum utilizador.
- Solicitamos, que no fim de cada dia, retire todos os objectos das secretárias para que seja feita a correcta higienização e limpeza.



copa

- Colocámos à sua disposição talheres em saquetas individuais, caso não tenha trazido os seus. Se os utilizar, pedimos que os lave assim que terminar a sua utilização.
- Sempre que usar a copa higienize as mãos no dispensador de solução alcoólica disponibilizado.
- Todas as superfícies de contacto serão higienizadas com frequência.
- A remoção do lixo é feita sempre que se justifique, sendo o mesmo fechado e colocado nos respectivos contentores.

safe  at  work





aguardamos a sua visita

Rua José Afonso 9
3800-438 Aveiro

☎ 234 346 130

safe  work

coworkaveiro.pt