



# PREVENÇÃO FAZ BEM

Ações individuais se  
refletem no coletivo,  
seja responsável.

Respeite as normas de utilização do Clube.  
Proteja e seja protegido.

  
#ipêfazbem



Desejamos boas-vindas a todos que trabalham no Ipê Clube e que neste momento retornam às suas atividades profissionais.

Os últimos meses foram difíceis para todos devido às medidas adotadas ao combate a pandemia de coronavírus, que fez com que o mundo inteiro adotasse novos hábitos de higiene e comportamento social.

Neste momento de retomada das atividades profissionais, precisamos da atenção de todos para que as novas regras de convivência e procedimentos de trabalho sejam cumpridas com a seriedade e comprometimento de toda equipe, lembrando que essa situação não está superada e que o Ipê Clube é uma área de convivência social de muitos associados, colaboradores e parceiros.

A seguir apresentamos as novas regras adotadas pelo Ipê Clube que devem ser seguidas por todos para garantir o convívio social dentro de um ambiente seguro e saudável.

A Diretoria

## REGRAS DE CONVIVIO SOCIAL

1. Lave as mãos com frequência e as higienize com frequência nos pontos de distribuição de álcool gel.
2. Utilize os tapetes sanitizantes onde estiverem colocados.
3. Use a máscara de proteção já na entrada do clube, para circulação interna e durante todo seu período de trabalho. **Importante: Não será permitida a entrada de nenhuma pessoa sem máscara.**
4. A equipe da portaria fará a aferição de sua temperatura. Caso a temperatura corporal esteja acima de 37,8°, a portaria comunicará o ambulatório médico e o Departamento de Recursos Humanos.
5. Caso você apresente sintomas de gripe e/ou similares ao COVID-19, comunique imediatamente o Departamento de Recursos Humanos e consulte um médico para descartar contaminação. Após diagnóstico médico serão tomadas as medidas cabíveis para cada caso.
6. Mantenha o distanciamento social guardando 1,5m das pessoas próximas a você.
7. Dê preferência para o uso das escadas. Apenas em caso de necessidade utilize o elevador sempre sozinho.
8. Traga a sua garrafa de água para encher nos bebedouros e não compartilhe com outras pessoas.
9. Higienize sempre todos seus materiais e instrumentos de trabalho.

## USO DA MÁSCARA DE PROTEÇÃO

**É OBRIGATÓRIO O USO DE MÁSCARA DE PROTEÇÃO EM TODAS AS DEPENDÊNCIAS DO CLUBE.**

1. Lave suas mãos e coloque a máscara sobre rosto, cobrindo queixo e nariz.
2. A máscara não pode ficar frouxa no rosto.
3. Durante uso, não toque na máscara. Não é recomendado tirar e colocar a máscara, nem removê-la durante a fala.

4. Ao retirar a máscara, não encoste a mão no tecido, apenas nas alças laterais.
5. Máscaras de pano precisam ser lavadas depois de utilizadas, com água e sabão, deixando de molho por 30 minutos em solução com água e água sanitária.
6. Ao retirar a máscara do rosto, segure apenas pelo elástico, guarde-a em um saco plástico e lave as mãos.

## **DICAS IMPORTANTES**

1. Não varra superfícies a seco, pois esse ato favorece a dispersão de microrganismos que são veiculados pelas partículas de pó. Utilize a técnica de varredura úmida.
2. Limpe todas as superfícies de trabalho como mesas e balcões diariamente, bem como as superfícies potencialmente contaminadas, tais como cadeiras/poltronas, corrimãos, maçanetas, apoios de braços, encostos, bandejas, interruptores de luz e ar, controles remotos, paredes adjacentes, portas e janelas, com produtos autorizados para esta finalidade.
3. Para sua segurança pessoal, evite usar adornos (anéis, pulseiras, relógios, colares, piercings, brincos) durante a realização dos procedimentos de limpeza e socialmente. Estes objetos são de fácil contaminação.
4. Mantenha os cabelos presos, barba feita ou aparada e protegida, unhas limpas e aparadas; calçados fechados e impermeáveis.
5. Evitar aglomerações e mantenha distância social de ao menos 1,5m entre as pessoas.
6. Procure manter os ambientes ventilados.
7. Não compartilhe objetos de uso pessoal, tais como canetas, lápis, copos, celular, etc.
8. Mantenha as superfícies livres de adornos e os objetos de trabalho sempre higienizados e limpos,

## **PONTO ELETRÔNICO**

1. É obrigatório o uso de máscara de proteção desde a entrada até seu horário de saída do clube.
2. Higienize as mãos antes e após o registro de ponto.
3. Se houver fila, mantenha o distanciamento de 1,5m das pessoas próximas a você.

## **REFEITÓRIO / COZINHA**

1. Uso obrigatório de máscara de proteção antes e após as refeições e lanches.
2. O colaborador será responsável por higienizar com álcool 70%, a mesa, banco, geladeiras, micro-ondas, e outros materiais antes e após o uso.
3. Lave as mãos com água e sabão ao entrar e sair do refeitório.
4. Respeite as demarcações de limitação dos bancos e mesas.
5. Higienize as mãos com álcool em gel antes e após utilizar garrafas de café, chá, água, etc.
6. Orientamos para que a cozinha seja utilizada apenas por uma pessoa por vez.
7. Higienize a pia e traga sua esponja para lavar pratos, marmitas e talheres, e não compartilhe com outras pessoas.
8. Higienize o controle remoto da TV com álcool 70% antes e após seu acionamento.

## **VESTIÁRIOS E SANITÁRIOS**

1. Uso obrigatório de máscara de proteção antes e após o banho.
2. Higienizar seu armário e banco após o uso.
3. Utilização obrigatória de chinelo no banho e nas áreas de circulação.
4. Respeitar o distanciamento de 1,5m nos bancos e espaços internos, não utilizando áreas demarcadas.

5. Proibido colocar qualquer tipo de material próprio ou do clube em cima dos armários.
6. Respeite as demarcações de limitação dos chuveiros.

## **ÁREAS DE DESCANSO**

1. Uso obrigatório de máscara de proteção.
2. Higienize os bancos e cadeiras antes e após o uso, não utilizando áreas demarcadas.
3. Uso obrigatório de sapato em todas as áreas, exceto vestiários.
4. Respeite o distanciamento de 1,5m das pessoas próximas a você.
5. Nesta fase não serão permitidos jogos de dominó devido a proximidade dos participantes e compartilhamento das peças do jogo.
6. Materiais de higiene, como toalhas, por exemplo, deverão ser guardados nos armários ou levados para casa.

## **ORIENTAÇÕES DOS SETORES**

### **PORTARIA**

1. Ao chegar no clube coloque seu uniforme de trabalho incluindo os sapatos.
2. Ao assumir o posto de trabalho, esteja com seus (EPIs) higienizados sendo obrigatório o uso de máscara de proteção e Face Shield.
3. Higienize seu material individual de trabalho e juntamente com a equipe da portaria faça a manutenção de higiene do local de trabalho.
4. A equipe é responsável por aferir a temperatura de todas as pessoas que entrarem no clube (limite 37,8°C).
5. Mantenha a atenção a distância de 1,5m entre as pessoas.
6. Não permita a entrada de pessoas sem máscara de proteção.
7. Oriente para que todas as pessoas higienizem seus sapatos nos tapetes sanitizantes na entrada do clube.

8. Não permita a permanência de estranhos dentro da guarita ou próximo da portaria
9. Oriente acesso de entrada e saída de associados pela catraca com a carteirinha física ou digital.
10. Todas as outras formas de acesso deverão ser feitas pela entrada de visitantes.
11. Os associados serão liberados para colocar a bicicleta no bicicletário e após retornar para a tomada de temperatura e acesso ao Clube pela portaria.

### **CENTRAL DE ATENDIMENTO**

1. Uso obrigatório de máscara de proteção e Face Shield.
2. Ao entrar nas salas higienizar as mãos com álcool gel e os sapatos no tapete sanitizantes.
3. Mantenha as portas e janelas abertas do setor.
4. Além da limpeza geral efetuada pela equipe do clube, cada funcionário deverá fazer a higienização durante o dia no seu material de trabalho (mesa, computador e outros materiais).
5. Deixe sua mesa livre de objetos pessoais para facilitar a limpeza do setor.
6. As cadeiras de atendimento serão afastadas com a sinalização de faixa de isolamento.
7. Dê prioridade ao contato via telefone nos ramais do departamento, deixando o atendimento pessoal em segunda opção.
8. As máquinas de cartão estarão protegidas e devem ser desinfetadas com álcool gel a cada atendimento.
9. Além da equipe de trabalho formada por 3 profissionais, será permitida a entrada de mais 3 pessoas na sala.

### **MANUTENÇÃO**

1. Higienize com álcool 70% suas ferramentas individuais de trabalho evitando o compartilhamento com os demais colegas.

2. Ao entrar nas salas e espaços de trabalho, higienize os sapatos no tapete sanitizante e as mãos com álcool gel.
3. Sempre que possível, mantenha o distanciamento de 1,5m nos serviços de manutenção e obras.
4. Uso de EPIs é obrigatório para sua proteção.

## **HIGIENE E LIMPEZA**

1. Ao entrar na sala do almoxarifado e demais salas do clube, higienize os sapatos no tapete sanitizante e as mãos com álcool gel.
2. Manter as portas e janelas abertas das salas.
3. Material disponível para a equipe de limpeza: luvas de látex, luvas descartáveis, protetor solar, protetor auriculares, óculos de proteção, botas galocha e avental PVC e capas impermeáveis.
4. Higienize com álcool 70% seus materiais de trabalho evitando o compartilhamento com os demais colegas.
5. Higienização diária dos uniformes em geral.
6. Será feita a pulverização de higiene nos espaços do clube além da rotina diária de limpeza.
7. Para a pulverização dos espaços a equipe de limpeza usará macacões impermeáveis, bota, luvas, máscara de proteção com Face Shield.

## **ALMOXARIFADO ESPORTES**

1. Uso obrigatório de máscara de proteção e Face Shield.
2. Ao entrar na sala do almoxarifado e demais salas do clube, higienize os sapatos no tapete sanitizante e as mãos com álcool gel.
3. O colaborador será responsável por higienizar os equipamentos e mobiliário de trabalho.
4. Todo material recebido de compras deverá passar por processo de higienização no lado externo do almoxarifado esportivo e de manutenção.
5. Todo material entregue e recebido de colaborador e associados deverão ser higienizados para futuro uso recreativo ou de aulas (específico Esportes).



6. Colaboradores deverão trabalhar com luvas e demais materiais de EPIs necessários.

## **PROFESSORES**

1. Uso obrigatório de máscara de proteção em todas as modalidades de aula.
2. Ao entrar nas salas de aula e ginásios, higienize as mãos com álcool gel e os sapatos nos tapetes sanitizantes.
3. Uso de luvas nas aulas das modalidades tênis, tênis de mesa, squash, vôlei e vôlei de praia.
4. Uso de chinelo nas aulas das modalidades artes marciais, natação e hidroginástica.
5. Os professores auxiliarão na higienização dos materiais utilizados em aula.

## **AMBULATÓRIO**

1. Não permitir a entrada de pessoas no ambulatório sem máscara de proteção.
2. Colaboradores com síndrome gripal, febre ou algum dos sintomas de COVID-19, serão orientados a procurar serviço médico, se estiver com febre ou algum dos sintomas não ir ao trabalho, buscar sistema de saúde para orientação de conduta e avaliação.
3. A equipe de enfermagem deverá estar sempre paramentada para realizar os atendimentos de intercorrências fora do ambulatório.
4. Higienização do piso do ambulatório médico com água sanitária três vezes ao dia ou conforme a necessidade.
5. Higienização de cadeiras, mesas e utensílios utilizados durante cada consulta dermatológica com álcool 70%.
6. Realização de triagem e orientação de colaboradores.

## **SETORES ADMINISTRATIVOS (ADMINISTRAÇÃO, RECURSOS HUMANOS, TI, OBRAS, SOCIAL, CULTURAL, COMUNICAÇÃO E ESPORTES)**

1. É obrigatório o uso de máscara de proteção, podendo também fazer uso de Face Shield.
2. Ao entrar nas salas higienizar as mãos com álcool gel e os sapatos no tapete sanitizantes.
3. Manter o afastamento das mesas do setor.
4. Manter as portas e janelas abertas.
5. Além da limpeza geral efetuada pela equipe do clube, cada funcionário deverá fazer a higienização durante o dia no seu material de trabalho (mesa, computador e outros materiais).
6. Deixe sua mesa livre de objetos pessoais para facilitar a limpeza do setor.
7. Em caso de atendimento, mantenha o afastamento da cadeira em frente a sua mesa.
8. Dê prioridade ao contato via telefone nos ramais do departamento, deixando o atendimento pessoal em segunda opção.
9. Não descarte lixo orgânico nas lixeiras abertas. Apenas papel e lixo reciclável devem ser descartados das salas de trabalho. Procure próximo ao seu setor lixeiras fechadas destinadas para o descarte de lixo comum.

**Administrativo** – Além da equipe de trabalho formada por 8 profissionais, será permitida a entrada de mais 4 pessoas na sala. O atendimento ao associado deverá ser realizado pelo guichê do caixa, dessa forma mantendo o distanciamento indicado, se houver espera, as pessoas deverão se manter no distanciamento seguro que estará indicado no solo.

**Recursos Humanos** - Além da equipe de trabalho formada por 2 profissionais, será permitida a entrada de mais 2 pessoas na sala.

**TI** – A equipe dará o suporte necessário a todos os setores e sempre que solicitado usará a marcará Face Shield durante o atendimento.

**Obras** - Além da equipe de trabalho formada por 2 profissionais, será permitida a entrada de mais 2 pessoas na sala.

**Social e Cultural** - Além da equipe de trabalho formada por 3 profissionais, será permitida a entrada de mais 2 pessoas na sala.

**Comunicação** - Além da equipe de trabalho formada por 2 profissionais, será permitida a entrada de mais 2 pessoas na sala.

**Esportes** - Além da equipe de trabalho formada por 2 profissionais, será permitida a entrada de mais 4 pessoas na sala.

Uso obrigatório de máscara de proteção e Face Shield

