

COVID-19

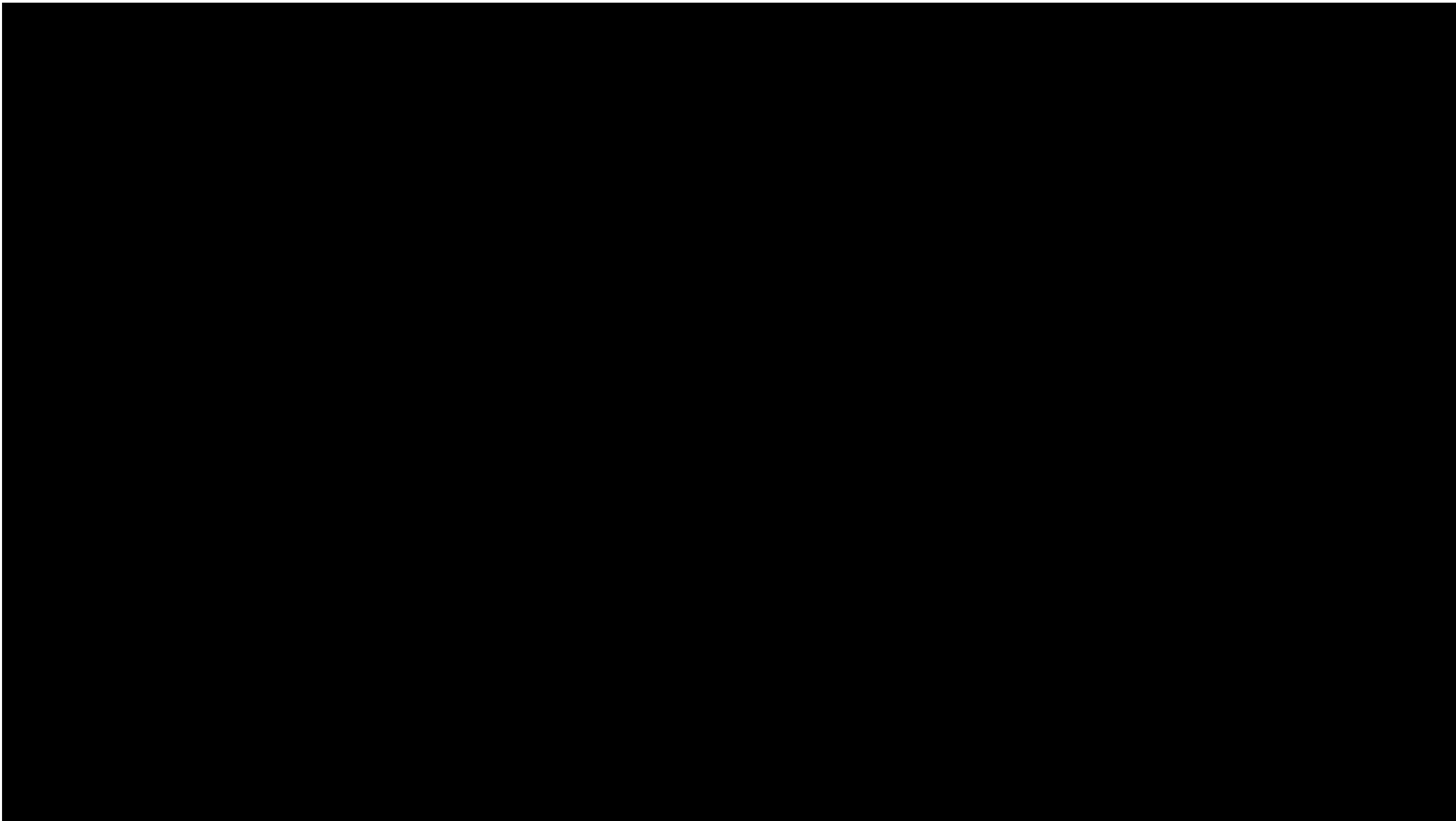


**VALSASSINA**  
**ESTÁ ALERTA**

NOVEMBRO 2020



**COLÉGIO  
VALSASSINA**

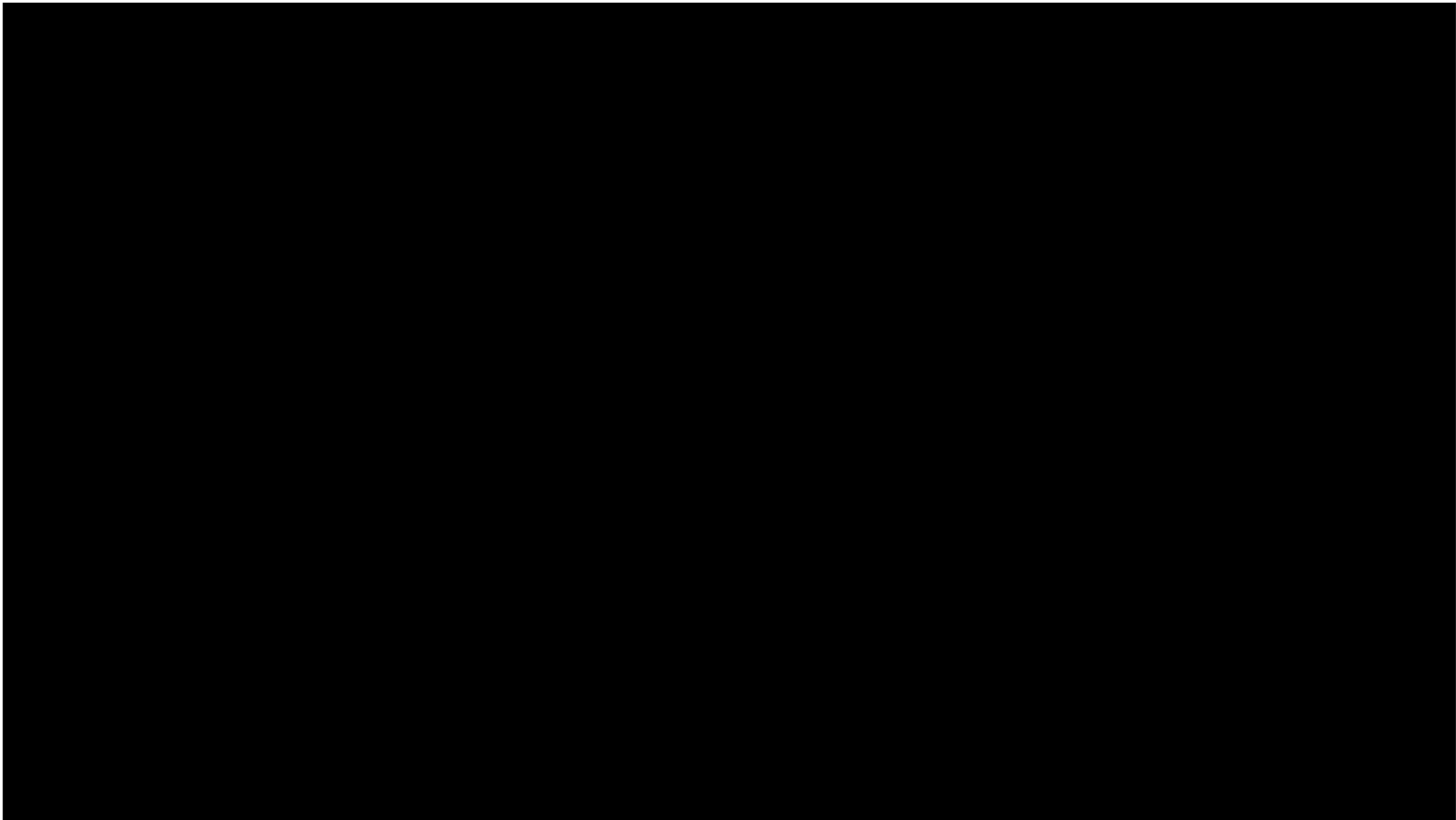


**Vídeo OMS (clique duas vezes!)**

**<https://youtu.be/3MkRE2rG4Ok>**



**COLÉGIO  
VALSASSINA**

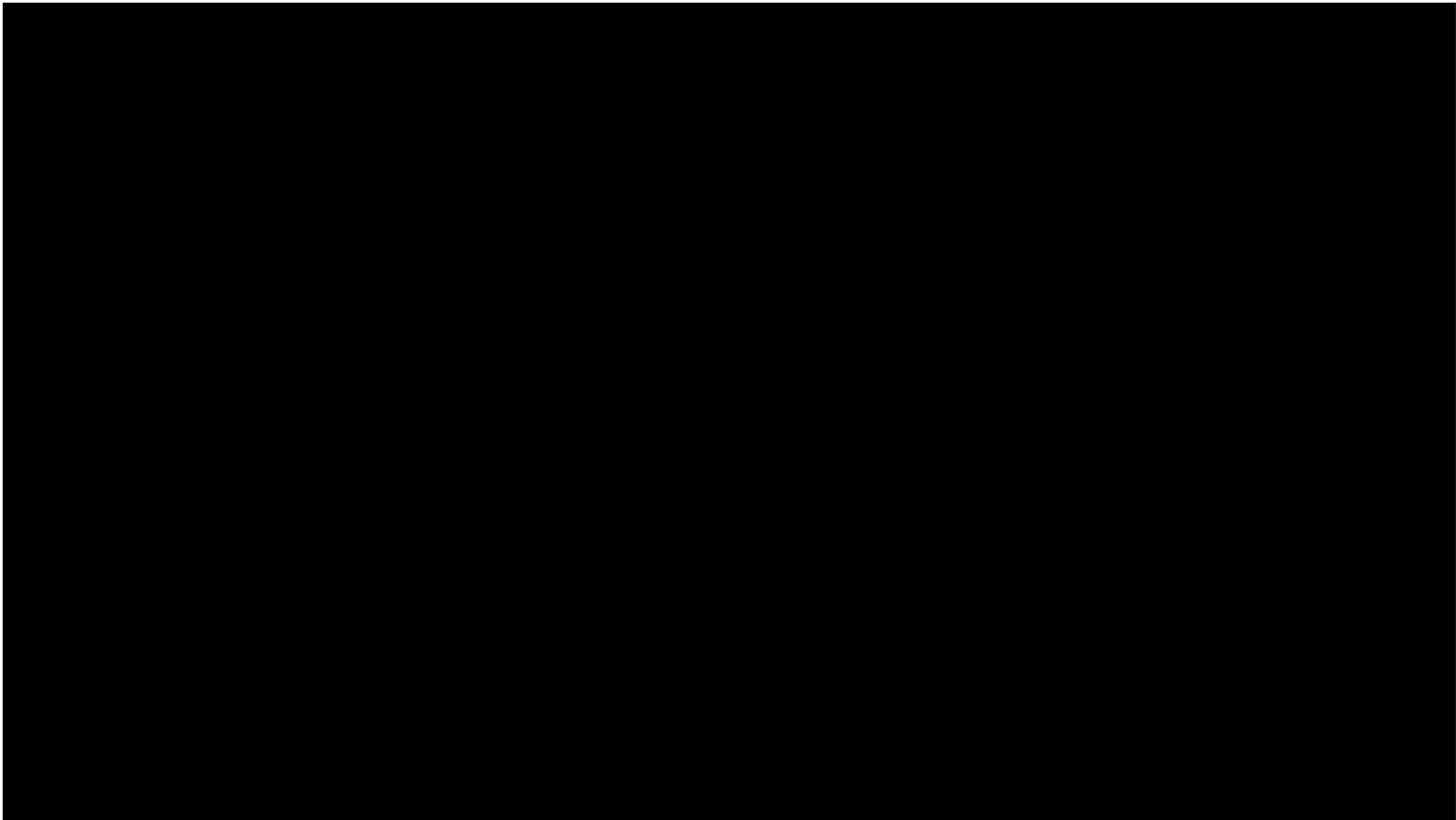


**Vídeo Escola em Segurança (clique duas vezes!)**

**[https://youtu.be/Jy\\_YYbA6Gb0](https://youtu.be/Jy_YYbA6Gb0)**

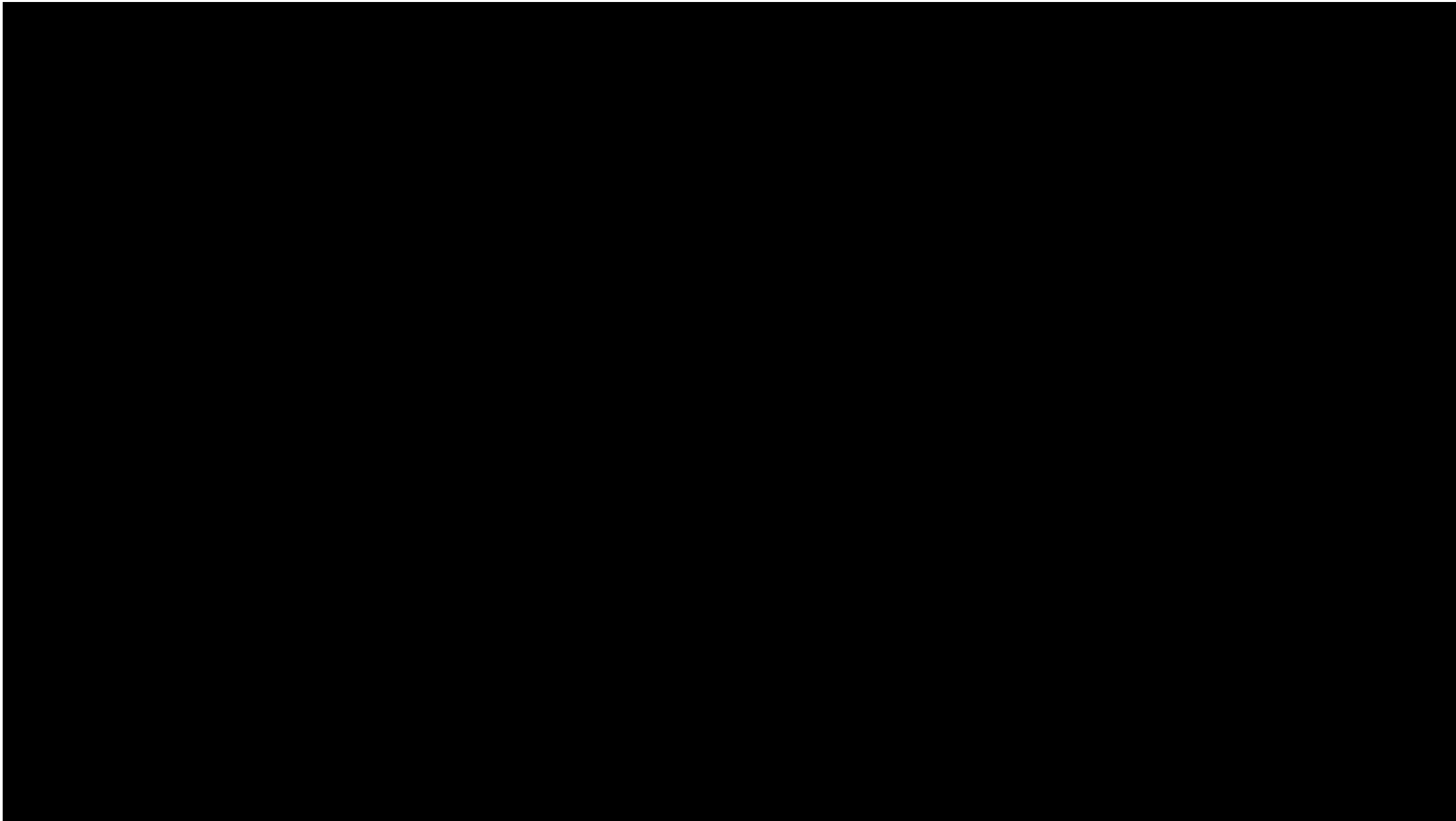


**COLÉGIO  
VALSASSINA**



**Vídeo DGS (clique duas vezes!)**

**[https://youtu.be/ub4L60W68\\_s](https://youtu.be/ub4L60W68_s)**



**Vídeo UNICEF (clique duas vezes!)  
<https://vimeo.com/442643029>**

**COVID-19**



**VALSASSINA**  
**ESTÁ ALERTA**

**NOVEMBRO 2020**

**Cada aluno**

**Cada professor**

**Cada funcionário**

**Tem um papel importante**

**Estamos todos juntos**

**contra a COVID-19**

# APRENDER A VIVER COM O VÍRUS

sem medo



# APRENDER A VIVER COM O VÍRUS

sem medo, com informação

# Como se transmite o vírus?

# Como se transmite o vírus?

**através de  
contacto próximo**

# Como se transmite o vírus?

**com**

**pessoas infetadas**  
pelo vírus (Sars Cov 2)

**através de  
contacto próximo**

# Como se transmite o vírus?

**através de  
contacto próximo**

**com**

**pessoas infetadas**  
pelo vírus (Sars Cov 2)

**ou com**

**superfícies e  
objetos  
contaminados**  
pelo vírus (Sars Cov 2)

# Como?

**através de  
gotículas**

libertadas pelo nariz ou boca quando  
tossimos, espirramos ou **falamos**

# Mas como?

## através de gotículas

libertadas pelo nariz ou boca quando  
tossimos, espirramos ou **falamos**

podem atingir  
diretamente a boca,  
nariz e olhos de **quem  
estiver próximo.**

podem **depositar-se  
nos objetos ou  
superfícies** que rodeiam  
a pessoa infetada...

**... e outras pessoas podem  
infetar-se ao tocar nestes  
objetos ou superfícies** e  
depois tocar nos olhos,  
nariz ou boca com as mãos.

# APRENDER A VIVER COM O VÍRUS

sem **medo**, com **informação**,  
com **responsabilidade**



# O que podemos fazer para prevenir?

O que  
podemos  
fazer para  
prevenir?



usa  
sempre a  
máscara

# Atenção!

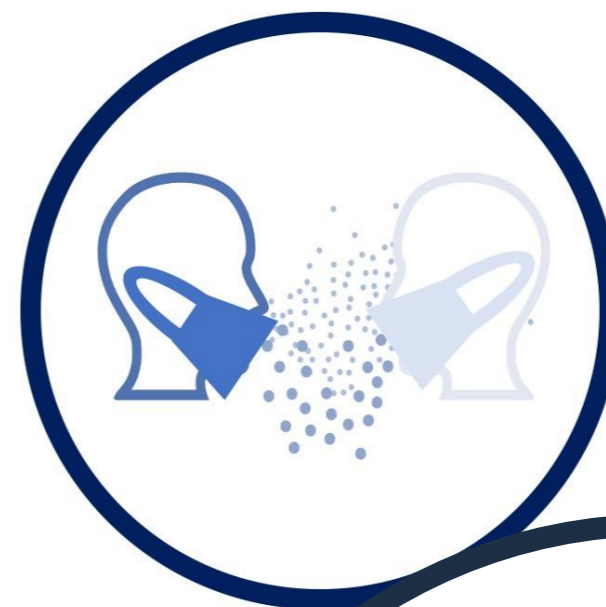
quando é necessário retirar a máscara, por exemplo, quando estás a comer ou beber, **tens de te distanciar dos teus colegas**



**Quando  
vais comer  
afasta-te!**

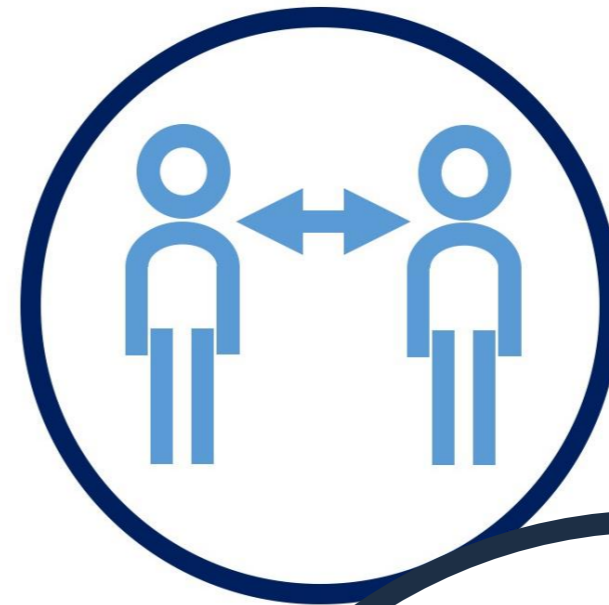
# Atenção!

**Estar sem máscara é uma situação que exige muito cuidado e precaução.**



**usa  
sempre a  
máscara**

O que  
podemos  
fazer para  
prevenir?



**respeita  
as  
distâncias**

**Durante os intervalos onde devo comer?**

→ **Ao Ar Livre**

**(de preferência!)**

→ **Parado**

**(não circules enquanto comes!)**

→ **Afastado**

**(quando alguém está a comer ou tu estás a comer: afasta-te!)**

O que  
podemos  
fazer para  
prevenir?



**lava  
as  
mãos**

**MUITAS VEZES!**

**MUITAS  
MUITAS  
MUITAS  
MUITAS  
VEZES!**



**lava  
as  
mãos**  
MUITAS VEZES!



**LAVA AS MÃOS!**

**Antes de sair de casa**

**US COM**



**MUITAS  
MUITAS  
MUITAS  
MUITAS  
VEZES!**

**lava  
as  
mãos**  
MUITAS VEZES!

**LAVA AS MÃOS!**

**Antes de sair de casa**

COM



**COLÉGIO  
VALSASSINA**

**MUITAS**

**LAVA AS MÃOS!**

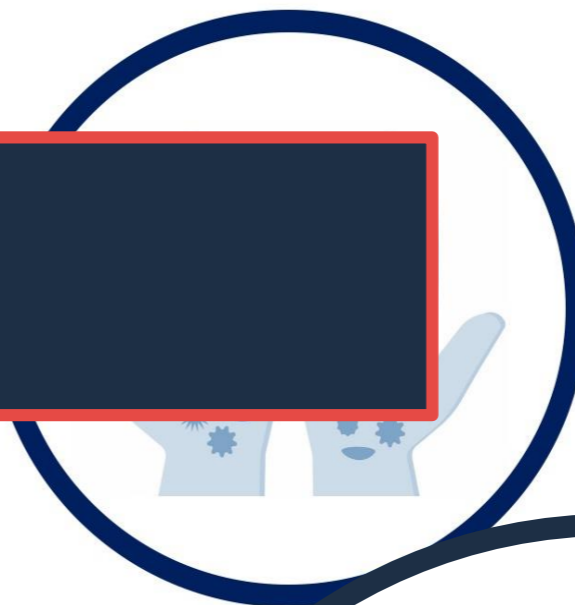
**Ao chegar ao Valsassina**

**MUITAS**

**MUITAS**

**MUITAS**

**VEZES!**



**lava  
as  
mãos**

**MUITAS VEZES!**

**LAVA AS MÃOS!**  
Antes de sair de casa

US COM



**LAVA AS MÃOS!**  
Ao chegar ao Valsassina

**LAVA OU DESINFETA AS MÃOS!**  
Após os intervalos e antes da  
entrada nas salas de aula

**MUITAS**  
**VEZES!**

as  
**mãos**  
MUITAS VEZES!



**LAVA AS MÃOS!**  
Antes de sair de casa

**LAVA AS MÃOS!**  
Após usar a casa de  
banho

**LAVA AS MÃOS!**  
Ao chegar ao Valsassina

**LAVA OU DESINFETA AS MÃOS!**  
Após os intervalos e antes da  
entrada nas salas de aula

**MUITAS**  
**VEZES!**

as  
**mãos**  
MUITAS VEZES!



**LAVA AS MÃOS!**  
Antes de sair de casa

**LAVA AS MÃOS!**  
Após usar a casa de  
banho

**LAVA AS MÃOS!**  
Ao chegar ao Valsassina

**LAVA OU DESINFETA AS MÃOS!**  
Após os intervalos e antes da  
entrada nas salas de aula

**LAVA AS MÃOS!**  
Após atividades desportivas

as  
mãos  
MUITAS VEZES!



**LAVA AS MÃOS!**  
Antes de sair de casa

**LAVA AS MÃOS!**  
Após usar a casa de  
banho

**LAVA AS MÃOS!**  
Ao chegar ao Valsassina

**LAVA OU DESINFETA AS MÃOS!**  
Após os intervalos e antes da  
entrada nas salas de aula

**LAVA AS MÃOS!**  
Após atividades

**LAVA AS MÃOS!**  
Depois de tocar em maçanetas, portas, interruptores,

as  
mãos



**LAVA AS MÃOS!**  
Antes de sair de casa

**LAVA AS MÃOS!**  
Após usar a casa de  
banho

**LAVA AS MÃOS!**  
Ao chegar

**LAVA AS MÃOS!**  
Antes das refeições,  
incluindo lanches!

**LAVA OU DESINFETA AS MÃOS!**  
Após os intervalos e antes da  
entrada nas salas de aula

**LAVA AS MÃOS!**  
Após atividades

**LAVA AS MÃOS!**  
Depois de tocar em maçanetas, portas, interruptores,

as  
mãos



**LAVA AS MÃOS!**  
Antes de sair de casa

**LAVA AS MÃOS!**  
Após usar a casa de  
banho

**LAVA AS MÃOS!**  
Ao chegar

**LAVA AS MÃOS!**  
Antes das refeições,  
incluindo lanches!

**LAVA OU DESINFETA AS MÃOS!**  
Após os intervalos e antes da  
entrada nas salas de aula

**LAVA AS MÃOS!**  
Após atividades

**LAVA AS MÃOS!**  
Antes de sair do  
Colégio

**LAVA AS MÃOS!**  
Depois de tocar em maçanetas, portas, interruptores,



**O que  
podemos  
fazer para  
prevenir?**

**Evita  
tocar nos  
olhos, nariz e  
boca**

O que  
podemos  
fazer para  
prevenir?



DAB!

**tosse e  
espirra para a  
parte de dentro  
do cotovelo**

**com estilo!**

## ETIQUETA RESPIRATÓRIA

> **tossir ou espirrar para o antebraço ou manga, com o antebraço fletido ou usar lenço de papel!**

**não podes tossir ou espirrar para as mãos!**

**higieniza as mãos após o contacto com secreções respiratórias.**



**DAB!**

**tosse e  
espirra para a  
parte de dentro  
do cotovelo**

**No Valsassina  
pela 1.<sup>a</sup> vez  
em 122 anos  
temos que  
pedir:**

**Não  
partilhes  
objetos!**

**Não  
partilhes  
comida!**

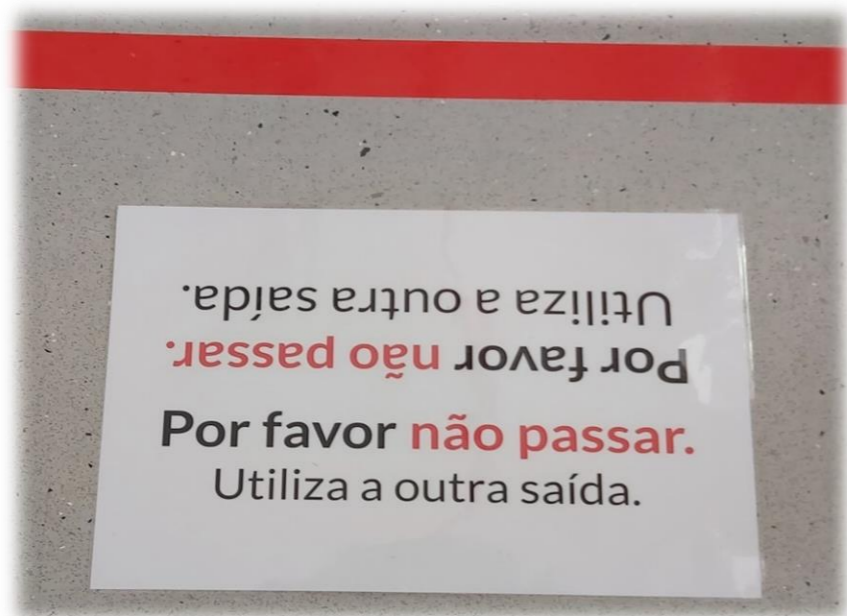
**Cumprimenta  
os teus  
colegas e amigos,  
mas sem contacto  
físico**

# APRENDER A VIVER COM O VÍRUS

sem **medo**, com **informação**,  
com **responsabilidade**  
com **tranquilidade**

**depende de ti**  
**cumprir as**  
**regras!**

# APRENDER A VIVER COM O VÍRUS **COM TRANQUILIDADE**



**Cumpra as  
entradas e  
saídas do teu  
corredor!**

**Cumpra os  
circuitos!**

**Cumpra as  
indicações  
Dos  
funcionários!**

**depende de ti cumprir as regras!**

# APRENDER A VIVER COM O VÍRUS **COM TRANQUILIDADE**



Atenção ao  
número de  
utilizadores **em  
simultâneo!**

**Cumpra as  
regras de  
utilização das  
casas de banho**

**Não utilize** as  
casas de banho  
como balneário  
ou vestiário!

## INSTALAÇÃO SANITÁRIA

**LOTAÇÃO MÁXIMA  
6 ALUNOS EM PERMANÊNCIA**

FORMA FILA JUNTO À ENTRADA  
MANTÉM O DISTANCIAMENTO FÍSICO

LAVA AS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO  
À ENTRADA E À SAÍDA

VALSASSINA  
TODOS JUNTOS CONTRA A COVID-19



# APRENDER A VIVER COM O VÍRUS **COM TRANQUILIDADE**



**Cumpre as regras no Refeitório.**

**Cumpre o distanciamento nas filas de espera!**



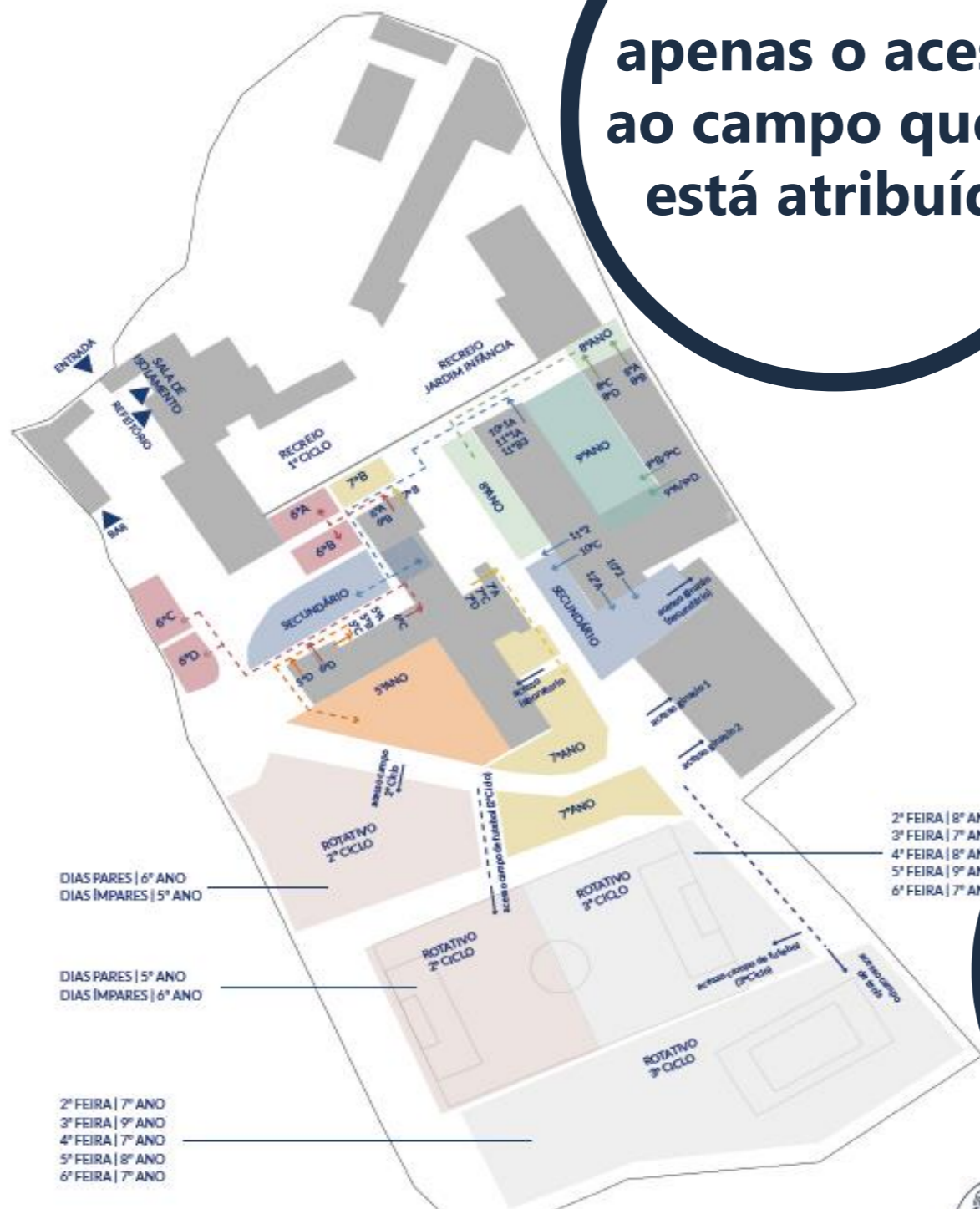
**Na Entrada do Colégio mantém o **distanciamento** e o uso da **máscara.****

Utiliza apenas o acesso ao campo que te está atribuído

Cumpre as zonas de recreio

Evita o contacto com alunos que estão noutras zonas de recreio

Não vás ao campo de futebol quando não é o teu dia!



Sabias que o Valsassina tem 3,15 ha de área de implantação?

Uma média de 25 m<sup>2</sup> por aluno.

Há espaço para todos, distanciados e em segurança.

# Tens dúvidas?

**fala com  
o teu  
coordenador  
de turma**

**Consulta o  
Plano de  
Contingência  
no site do  
Colégio**

Quadro de Excelência 2019/20



COLÉGIO VALSASSINA

QUADRO DE EXCELÊNCIA 2020

Ler Mais →

Finalistas 12º ano | 2019/2020



Ler Mais →

Acompanhamento da situação no âmbito da emergência da COVID-19



COLÉGIO VALSASSINA

Ler Mais →

ÚLTIMAS NOTÍCIAS

MAIOREZA DE VISITA

O Plano de Contingência do Colégio e os planos específicos estão disponíveis em <https://www.cvalsassina.pt/destaques/768-acompanhamento-da-situacao-relativa-ao-surto-de-coronavirus-covid-19>

---

**Estamos TODOS juntos  
neste processo**

por um Valsassina seguro

**Temos TODOS de assumir a nossa  
RESPONSABILIDADE INDIVIDUAL**