



Prefeitura Municipal de Rondon do Pará

Secretaria Municipal de Saúde

Departamento de Vigilância Sanitária



### **REGRAS PARA REABERTURA DAS ACADEMIAS**

**Objetivo:** Preservar a saúde clientes e colaboradores, diminuindo o risco de contaminação pelo Covid 19.

**Regra nº1:** Disponibilizar recipientes com álcool em gel a 70% para uso por clientes e colaboradores em todas as áreas do estabelecimento (recepção, musculação, peso livre, salas de coletivas, piscina, vestiários, kids room, etc).

**Regra nº2:** uso obrigatório de máscaras EPI'S não só para os clientes como todos os colaboradores.

**Regra nº3:** é obrigatório dispor de um termômetro a lazer para medir a temperatura de todos os entrantes, se apresentar temperatura acima de 37,5°C não permitir a entrada a pessoa no estabelecimento, incluindo clientes, colaboradores e terceirizados.

**Regra nº 4:** Neste momento de pandemia deve evitar o uso de leitor digital para a entrada no estabelecimento, podendo então, adotar outros métodos de triagem de acesso ao estabelecimento.

**Regra nº5:** Delimitar o espaço em que cada cliente deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas com distância de 1,5 m

**Regra nº6:** Utilizar apenas 50% dos aparelhos de cárdio, ou seja, deixar o espaçamento de um equipamento sem uso para o outro.

**Regra nº7:** Não usar copos descartáveis, somente o bebedouro para uso das garrafas próprias e disponibilizar papel toalha e álcool em gel para limpeza das mãos e da torneira do bebedouro.

**Regra nº 08:** Separar área exclusiva ou horário exclusivo para os idosos e ou grupos de risco e só permitirem as atividades após a higienização correta dos aparelhos a serem usados.

**Regra nº 09:** Qualquer pessoa que apresentar sintoma de gripe e ou resfriado não podem frequentar o estabelecimento e ou atividades.

**Regra nº10** Renovar todo ar do ambiente, lavar o filtro de ar 2 x ao dia e fazer a troca do filtro de ar no mínimo 01 vez por mês. OBS: O IDEAL É NÃO FAZER USO DO AR CONDICIONADO, ABRIR AS JANELAS QUANDO POSSÍVEL.



Prefeitura Municipal de Rondon do Pará

Secretaria Municipal de Saúde

Departamento de Vigilância Sanitária



**Regra nº11:** Disponibilizar papel toalha e avisar aos clientes para trazer a própria toalha e ou flanela, para ajudar na manutenção da higiene dos equipamentos.

**Regra nº12:** Expor aos clientes todos os manuais de orientação sobre o COVID 19.

**Regra nº13:** Reduzir o horário de funcionamento sendo das 5:00 horas até às 21:00 horas.

**Regra nº14:** Não permitir acompanhantes assistindo os treinos, nem a permanência de pessoas nos diversos espaços

**Regra nº15:** Banheiros: reduzir seu uso ao mínimo possível, um aluno por vez e com desinfecção após a utilização.