



Ferramentas digitais
acessíveis para teatro

**REGRAS E REGULAMENTOS
DE SAÚDE PARA O
DESENVOLVIMENTO DE
ATIVIDADES CULTURAIS.**

Temos algumas regras e regulamentos para atividades culturais para garantir que elas promovam uma boa saúde física e mental. Precisamos ter certeza de que, mesmo durante uma pandemia como a COVID-19, as atividades culturais ainda possam acontecer de maneira segura e saudável.

Estamos implementando medidas de saúde e segurança para prevenir a disseminação de doenças contagiosas e promover uma boa saúde. Ao garantir que essas medidas sejam abrangentes e seguidas por muitas pessoas, podemos maximizar sua eficácia. Isso nos permitirá continuar com as atividades culturais, que são importantes para a saúde mental e o bem-estar.

Como estamos fazendo:

Distanciamento social

Durante os bloqueios da COVID-19, todos nós precisamos mudar nossos hábitos:

- Encontre pessoas apenas quando for absolutamente necessário e evite contato próximo.
- Mantenha uma distância segura de 2 metros (6 pés) de outras pessoas que não moram com você.
- Fique em casa para impedir a propagação do vírus.
- Saia apenas para tarefas essenciais, como ir ao médico, comprar mantimentos ou se exercitar.
- Certifique-se de que qualquer espaço usado para atividades culturais seja grande o suficiente para que as pessoas fiquem a 6 pés de distância uma das outras
-

Manter-se em pequenos grupos - PODS

- Mantenha as atividades dentro de grupos consistentes.
- Não misture pessoas de diferentes grupos.
- Se estiver usando transporte, agrupe as pessoas com base em onde elas moram ou trabalham.
- Realize atividades ao ar livre sempre que possível.
- Em casos especiais, tenha atividades individuais na casa ou no quarto do participante (se em uma residência).
- Mantenha um registro de todas as pessoas que participam dos eventos em caso de problemas de saúde.
- Mantenha os grupos pequenos com o menor número de pessoas possível.

Medidas de limpeza e segurança

- Use máscaras em ambientes fechados ou quando estiver próximo a outras pessoas.
- Disponibilize álcool em gel nas entradas e saídas; limpe as mãos ao chegar e ao sair.
- Lave e desinfete as mãos com frequência.
- Limpe os banheiros pelo menos duas vezes ao dia e verifique a limpeza quatro vezes ao dia.
- Limpe regularmente todas as superfícies.
- Mantenha a área livre de objetos desnecessários.

- Desinfete os equipamentos (cadeiras, mesas, portas, etc.) antes e depois de cada uso.
- Verifique a temperatura antes de entrar em espaços fechados, como veículos e edifícios.
- Realize testes para COVID-19 quando necessário, como quando apresentar sintomas ou durante atividades sem máscara.
- Mantenha os espaços bem ventilados.
- Compartilhe informações sobre a prevenção de infecções, especialmente para pessoas com mobilidade limitada.
- Monitore regularmente a saúde dos clientes.
- Se alguém apresentar sintomas, isole-os e mude para terapia remota ou em casa.
- Exiba instruções de higiene e distanciamento social de fácil entendimento.
- Faça autoisolamento se apresentar sinais de COVID-19 ou se tiver estado perto de alguém que tenha a doença. Fique em casa, evite visitantes e siga as diretrizes de isolamento com base em sua situação.

Cuidando da saúde mental e da felicidade

As novas regras tornam nossas rotinas regulares mais difíceis de seguir. Algumas de nossas atividades favoritas podem estar suspensas por enquanto. Fazer coisas que gostamos ajuda a nos sentirmos bem conosco mesmos. Mesmo que não possamos fazer nossas atividades usuais, ainda podemos planejar nosso dia e encontrar outras coisas agradáveis para fazer. Prepare materiais educativos para que as pessoas levem para casa se estiverem assustadas ou não puderem visitar centros.

LISTA DE VERIFICAÇÃO PARA REGRAS E REGULAMENTOS DE SAÚDE PARA O DESENVOLVIMENTO DE ATIVIDADES CULTURAIS.

Distanciamento social	Concluído
Manter distância social e segura - uma distância de 2 metros (6 pés) entre pessoas que não moram juntas.	Mantenha uma distância segura das outras pessoas - mantenha uma distância de 2 metros (6 pés) das pessoas com quem você não mora.
Garantir que o espaço seja grande o suficiente para garantir que qualquer pessoa possa idealmente permanecer a 2 metros (6 pés) de distância de outra pessoa.	Certifique-se de que há espaço suficiente para que todos possam permanecer a 2 metros (6 pés) de distância uns dos outros.

<u>Grupos de trabalho estáveis - PODS</u>	Concluído
Organização de grupos estáveis - Pods	Definir grupos consistentes - Pods
Forme grupos de acordo com o mesmo local em que moram ou trabalham para utilizar transporte.	Agrupe pessoas com base em onde elas moram ou trabalham para o transporte.
Validação de que as atividades podem ser realizadas ao ar livre.	Confirme que as atividades podem ser realizadas ao ar livre.
Realize atividades "1 a 1" na casa ou no quarto do participante (se morando em uma residência).	Realize atividades individuais na casa ou no quarto do participante (se eles morarem em uma residência).
Registro de todos os participantes em eventos para garantir informações em caso de algum problema de saúde.	Mantenha um registro de todos os participantes em eventos para ter suas informações caso ocorra um problema de saúde.
Validação de que o grupo é pequeno e mantido com o mínimo de pessoas possível.	Certifique-se de que o grupo seja pequeno e tenha o menor número possível de pessoas.

<u>Medidas de higiene e prevenção.</u>	Concluído
Uso de máscaras quando em espaços internos ou quando em contato próximo;	
Existência de álcool em gel para as mãos na entrada e saída de salas/edifícios;	
Lavagem regular das mãos e/ou desinfecção;	
Desinfecção regular das salas e de todo o equipamento (cadeiras, mesas, bancos, portas, etc.) antes e depois de usar.	
Medição de temperatura antes de entrar em espaços fechados como transportes e edifícios.	
Os testes devem ser realizados quando houver sintomas ou em atividades com contato próximo e sem máscara;	

Faça ventilação regular de espaços fechados;	
Tenha instruções ilustradas sobre higiene e distanciamento para melhorar a compreensão.	
Faça autoisolamento se você tiver qualquer sinal ou sintoma de coronavírus ou se tiver entrado em contato com alguém que tenha a doença.	

Promoção da saúde mental e bem-estar.

Mesmo que não possamos fazer as coisas que normalmente gostamos, podemos nos organizar para fazer outras atividades que nos agradem.	
Preparação de pacotes educacionais para que os participantes levem para casa, caso estejam com medo ou não possam ir aos Centros.	