

PLANO PARA REABERTURA GRADUAL DO CLUBE

Os clubes são essenciais no dia a dia dos associados por oferecerem serviços de combate ao sedentarismo e promoção da saúde. Reconhecidamente, são fundamentais para o bem-estar físico e emocional. Em vista disso, o Nosso Clube elaborou este plano para reabertura gradual de suas atividades neste momento de transição na política de combate ao coronavírus e à pandemia por ele desencadeada.



□ Para que a retomada gradual das atividades seja possível, o Nosso Clube se compromete a tomar uma série de medidas que tornem sua reabertura segura para seus colaboradores e associados.

□ Ressaltamos que a reabertura do clube se dará de forma responsável e criteriosa, contribuindo para fortalecer a saúde e o sistema imunológico dos nossos associados.

□ Fundamental destacar que as atividades físicas oferecidas no Nosso Clube diminuem os riscos de doenças cardiovasculares, reduzem a ansiedade e o estresse, aumentam a disposição e a imunidade das pessoas.



COMPROMISSOS QUE O NOSSO CLUBE ASSUME



EM RELAÇÃO AOS COLABORADORES

1. Oferecer orientação e capacitação adequadas às suas tarefas e áreas de atuação;
2. Organização do layout dos espaços e equipamentos quanto às limitações de atendimento;
3. Intensificação da oferta dos suprimentos de segurança – EPIs, dispensadores de álcool gel e produtos de limpeza.



COMPROMISSOS QUE O NOSSO CLUBE ASSUME



EM RELAÇÃO AO ACESSO AO CLUBE

1. Desabilitar o acesso por biometria, substituindo-o por meios alternativos de controle;

2. Caso não seja possível, oferecer meios de higienização eficazes destes equipamentos, bem como das mãos dos associados antes e depois de tocá-los;

3. Uso de protetor facial pelos controladores de acesso e atendentes das portarias.



COMPROMISSOS QUE O NOSSO CLUBE ASSUME



EM RELAÇÃO À MOVIMENTAÇÃO DOS ASSOCIADOS

1. Limitar os espaços onde será permitido o acesso dos associados, seguindo rigorosamente as determinações das autoridades;
2. Priorizar as atividades apenas em locais abertos e ventilados, obedecendo sempre as distâncias seguras entre as pessoas;
3. Controlar o acesso a locais como vestiários e banheiros;
4. Recomendar que pessoas pertencentes aos grupos de risco da pandemia, como idosos, portadores de doenças crônicas como diabetes, cardiopatias, hipertensão e asma, grávidas e puérperas, não frequentem o clube.



COMPROMISSOS QUE O NOSSO CLUBE ASSUME



EM RELAÇÃO A BARES E RESTAURANTES

**1. Esses setores
deverão seguir
regras rígidas
para
atendimento
aos
associados,
priorizando
serviços de
entrega;**

**2. Nos casos
em que a
entrega não
for possível, o
consumo no
local deverá
obedecer
distância
segura entre
as pessoas.**



**COMPROMISSOS
QUE O NOSSO
CLUBE ASSUME**



EM RELAÇÃO À CONSCIENTIZAÇÃO DOS ASSOCIADOS E COLABORADORES

- 1. Intensificar a comunicação interna em torno de medidas de prevenção e da importância de cuidados básicos com a saúde;**
- 2. Solicitar aos associados que, mesmo com os clubes parcialmente abertos, optem por frequentá-los com parcimônia e observando todas as medidas de higiene recomendadas pelas autoridades sanitárias.**



ORIENTAÇÕES AOS ASSOCIADOS

- 1. Lembre-se: em qualquer ambiente existe risco de exposição à Covid-19, e não há possibilidade de garantir que você não seja exposto. Cuide-se e nos ajude a cuidar de você**
- 2. Se você apresentar sintomas da Covid-19 ou estiver doente, evite ir ao clube até estar saudável novamente**
- 3. Traga sempre a carteirinha social, evitando a utilização da biometria**
- 4. Fique atento aos avisos distribuídos pelas dependências do clube**
- 5. Evite os bebedouros de água por ingestão direta. Prefira sempre usar recipientes próprios, como copos e garrafas**



ORIENTAÇÕES AOS ASSOCIADOS

6. Higienize as mãos com frequência, utilizando os dispensadores de álcool em gel disponíveis no clube ou lavando-as por pelo menos 20 segundos

7. O uso de máscaras faciais, que cobrem nariz e boca, será obrigatório durante a permanência no clube

8. Respeite uma distância segura, de pelo menos 1,5 metro, dos outros associados

9. Evite beijos, abraços e mesmo apertos de mão

10. Quando espirrar ou tossir, lembre-se de cobrir o rosto com o antebraço ou usar um lenço de papel

11. Utilize o clube com parcimônia, acessando principalmente os equipamentos que vão ajudar a manter sua saúde física e mental



ORIENTAÇÕES AOS ASSOCIADOS

12. Esteja sempre calçado

13. Permaneça sempre atento às crianças para que elas também cumpram as recomendações de segurança

14. Evite esportes coletivos

15. Dê sempre preferência aos espaços abertos para realizar suas atividades

16. Se pertencer a algum grupo de risco – idosos, portadores de doenças crônicas como diabetes, cardiopatias, hipertensão e asma, grávidas e puérperas – evite ir ao clube



ORIENTAÇÕES AOS ASSOCIADOS

Mantenha-se sempre atualizado com as informações dos nossos canais de comunicação!

WWW.NOSSOCLUBE.COM.BR



99995-4900