

**Regulamento Interno da NOVA FCSH**  
**Ano letivo 2020/2021**  
**em contexto de Pandemia COVID-19**

28 de setembro de 2020

## Índice

Introdução.....	3
Quotidiano na NOVA FCSH .....	4
Plano de contingência.....	10
Atividade Académica .....	12
Cuidados individuais .....	15
Anexo – Utilização de Máscaras .....	17

## Introdução

Este Regulamento Interno da NOVA FCSH define os modos de funcionamento vigentes no ano letivo 2020/21, sendo aplicável a toda a comunidade da NOVA FCSH, seus parceiros, fornecedores e visitantes, levando em consideração a situação vivida de pandemia COVID-19.

Pretende-se, assim:

- informar, aconselhar e definir regras e orientações que promovam condições de saúde e segurança para toda a comunidade (pessoas que utilizam diariamente as instalações da NOVA FCSH ou que a visitam esporadicamente);
- manter os padrões de qualidade que caracterizam o nosso ensino, do ponto de vista pedagógico e científico;
- assegurar o normal funcionamento das diversas atividades desenvolvidas pela NOVA FCSH, sempre que possível de forma presencial.

Para garantir a eficácia das nossas regras e a segurança das instalações, a NOVA FCSH tem trabalhado em parceria com o Instituto de Soldadura e Qualidade (ISQ), entidade escolhida pela NOVA, na implementação de um sistema de gestão ajustado à presente situação pandémica de COVID-19, em conformidade com os requisitos relacionados com a obtenção do selo de reconhecimento “COVID-OUT” (<https://www.isq.pt/covid-out/>), que esperamos obter no seguimento da correspondente auditoria. O ISQ realizará auditorias periódicas às nossas instalações, de forma a validar a conformidade da NOVA FCSH face a regras e regulamentos emitidos pelas autoridades sanitárias portuguesas.

Este documento será permanentemente atualizado, por forma a contemplar alterações e atualizações decorrentes de regulamentos, emitidos pelas autoridades competentes e de situações registadas na NOVA FCSH.

A comunidade da NOVA FCSH é aconselhada a consultar o site <https://www.fcsch.unl.pt/> e a manter-se atenta às atualizações enviadas por *e-mail* institucional e divulgadas nas redes sociais.

Este Regulamento Interno apresenta:

- regras e políticas vigentes para acesso e utilização das instalações da NOVA FCSH;
- descrição do modelo de funcionamento das aulas;
- conselhos para rotinas a seguir fora das instalações da NOVA FCSH.

## Quotidiano na NOVA FCSH

### Horário de Funcionamento da NOVA FCSH

- O acesso de qualquer pessoa às instalações da NOVA FCSH fica condicionado à utilização de máscara adequada;
- O horário de funcionamento das instalações da NOVA FCSH é o seguinte:

**Avenida de Berna:** de segunda a sexta-feira, das 07:30h às 24h e sábado das 07:30h às 18:00h;

**Colégio Almada Negreiros:** de segunda a sexta-feira, das 07:00h às 23h e sábado das 07:00h às 19:00h.

### Distância Física

- É obrigatório cumprir o distanciamento físico, não sendo permitido ajuntamentos;
- É obrigatório cumprir as instruções de circulação definidas na sinalização da NOVA FCSH.

### Máscaras (ver instruções em anexo)

É obrigatório o uso de máscara para aceder às instalações da NOVA FCSH e durante a permanência nas mesmas, nos espaços interiores e exteriores.

## Outras Regras Comportamentais

Todos os utilizadores da NOVA FCSH devem estar cientes da obrigatoriedade de cumprimento da etiqueta respiratória, regras de lavagem das mãos e outras medidas de higiene, como a seguir detalhadas:

- Respeite os padrões de higiene respiratória: quando espirrar ou tossir cubra o nariz e a boca com o braço ou com um lenço que deve ser colocado imediatamente no lixo;
- Os elevadores da NOVA FCSH devem ser utilizados prioritariamente por pessoas com mobilidade condicionada, grávidas, idosos ou pessoas que transportem cargas;
- Lembre-se do procedimento correto de higienização a ser seguido:
  1. lave as mãos com frequência – com água e sabão – durante 20 segundos; alternativamente, desinfete-as com gel desinfetante, utilizando os dispensadores colocados nos *campi*;
  2. evite levar as mãos à cara e lave ou desinfete as mãos antes e depois de o fazer;
  3. deve lavar ou desinfetar as mãos antes e depois de manusear superfícies comuns (puxadores, botões de elevador, máquinas de venda automática, fotocopiadoras, etc.).

## Reconhecimento COVID-OUT pelo ISQ

A NOVA FCSH aderiu ao serviço COVID OUT, Selo de Confiança a emitir pelo ISQ, no seguimento de futuras auditorias para avaliação da eficácia das medidas executadas que contribuem para o controlo da transmissão do SARS- CoV-2. Desta forma, é possível assegurar que os locais estão seguros, garantido a identificação de pontos e rotas críticas, análise de superfícies e produtos de desinfeção, monitorização e implementação do plano, declaração de validação dos procedimentos adotados e dos correspondentes planos de ação, com medidas de prevenção, proteção e mitigação da COVID-19.

## Áreas comuns

- Nas áreas comuns, é proibido mover os móveis ou mudar *layouts*;
- Sempre que possível, as janelas devem permanecer abertas, para garantir que haja ventilação natural;
- Só será permitido o uso do aparelho de ar condicionado em salas com janelas, e sempre com, pelo menos, uma janela aberta;
- Cada utilizador (docentes, investigadores, colaboradores e estudantes) deve limpar o ecrã, teclado e os botões da impressora/fotocopiadora de utilização comum antes e depois da utilização, usando os toalhetes de papel com o líquido desinfetante disponíveis para o efeito.

## Espaços exteriores

Recomenda-se a utilização dos espaços exteriores, uma vez que o contágio é reduzido em contexto de circulação ao ar livre. O distanciamento físico deve ser respeitado, bem como o uso de máscara. Não é permitido o ajuntamento de pessoas.

## Espaços de restauração

Estes espaços não são geridos pela NOVA FCSH, sendo que as respetivas entidades concessionadas têm a obrigatoriedade de cumprir as indicações específicas estipuladas pelas entidades oficiais relativas a esta atividade.

## Casas de banho

- Nas casas de banho, respeite a capacidade máxima indicada na porta respetiva;

- Respeite o distanciamento físico, deixando sempre um urinol de intervalo; se os lavatórios ou os urinóis estiverem ocupados, aguarde pela sua vez, mantendo a distância de segurança;
- Lave sempre as mãos durante 20 segundos;
- Seque as mãos com toalhetes de papel.

### **Salas de aula, anfiteatros e auditórios**

- Não é permitido alterar o *layout* estabelecido ou a capacidade definida para cada espaço;
- Devem utilizar-se as áreas e os lugares marcados, para garantir o distanciamento físico;
- A entrada/saída deve ser feita de forma ordeira e cumprindo as distâncias físicas aconselhadas:
  1. Ocupar, em primeiro lugar, os espaços mais afastados dos acessos;
  2. A saída deve decorrer em sentido inverso, ou seja, as pessoas mais perto dos espaços de acesso saem em primeiro lugar;
- Sempre que possível, as janelas deverão permanecer abertas para garantir que existe ventilação natural;
- Nas salas de aula, encontram-se disponíveis gel desinfetante e toalhetes de papel.

### **Salas de Estudo**

- Os espaços de estudo destinam-se ao uso exclusivo de estudantes da NOVA FCSH;
- Nas salas de estudo, os lugares disponíveis estão devidamente assinalados.; não é permitido alterar a configuração da sala;
- Cada utilizador deve limpar a mesa e os objetos antes e depois da utilização, usando os toalhetes de papel com gel desinfetante disponíveis para o efeito;
- Os utilizadores estão obrigados a usar máscara e a manter o distanciamento físico.

## **Bibliotecas Mário Sottomayor Cardia e Vitorino Magalhães Godinho**

Estes espaços destinam-se ao uso exclusivo de estudantes, docentes, investigadores e trabalhadores da NOVA FCSH. As condições de utilização são as seguintes:

1. É obrigatório o uso de máscara no interior da biblioteca;
2. É obrigatório higienizar as mãos à entrada e à saída da biblioteca;
3. Deve manter o distanciamento de segurança de 2 metros;
4. Deve circular pelos circuitos de entrada e saída das bibliotecas;
5. É obrigatório respeitar a lotação máxima da Sala de Leitura;
6. Deve ocupar os lugares assinalados;
7. Deve higienizar a mesa e/ou equipamento comunitário antes de o utilizar;
8. Evite manusear livros desnecessariamente;
9. Deve colocar os livros manuseados nos carrinhos indicados;
10. Os livros devolvidos na sequência do empréstimo domiciliário serão sujeitos a um período de quarentena.

## **Receção de Materiais**

- A receção de materiais é feita na Avenida de Berna por um membro da equipa da Divisão de Compras e Património (DCP). Quando remete a encomenda ao fornecedor, a DCP solicita a indicação da data e hora previstas para a entrega da encomenda, de acordo com os dias e horários previstos para a receção.
- De acordo com o agendamento, o fornecedor/transportador dirige-se à Portaria/Segurança, informando que vem descarregar mercadoria para a DCP; a Portaria/Segurança comunica à DCP a chegada do fornecedor/transportador para descarregar mercadoria;

- O colaborador da DCP, com máscara colocada e luvas, informa o fornecedor/transportador do local onde deve descarregar a mercadoria; se for necessário assinar documento de entrega, o colaborador deverá fazê-lo com uma caneta sua, nunca usar canetas de terceiros;
- Após a receção das mercadorias, o colaborador deve proceder à desinfeção das mãos; ao receber os materiais, o colaborador da DCP procede à desinfeção dos mesmos, de acordo com a natureza do material.

### **Modos de Pagamento**

- Relativamente aos recebimentos pelos serviços da NOVA FCSH, privilegiam-se as transações feitas eletronicamente;
- Os recebimentos efetuados presencialmente devem ser feitos, de preferência, com cartão bancário;
- Quando os recebimentos são realizados com cartão, o terminal em que é feita a transação deve estar envolvido com película e ser devidamente desinfetado com solução antisséptica de base alcoólica;
- Quando os recebimentos são efetuados em numerário, o colaborador deve higienizar as mãos depois do manuseamento.

### **Monitorização da temperatura**

Encontram-se termómetros disponíveis na receção da NOVA FCSH para monitorização da temperatura, a pedido do utilizador.

### **Rotas de circulação**

Foram estabelecidas rotas de circulação específicas que devem ser respeitadas, seguindo a

sinalética afixada. Nos corredores que tenham sentido duplo, deve-se circular pela direita. As portas corta fogo ficarão abertas com um calço para a promoção da renovação do ar e diminuição de contato com os puxadores. Em caso de incêndio, a equipa da segurança da NOVA FCSH encarregar-se-á de retirar os calços das portas, de modo a impedir a passagem de fumo para as escadas.

## **Plano de contingência**

### **Casos suspeitos na NOVA FCSH**

Qualquer pessoa que esteja na NOVA FCSH e apresente sintomas de COVID-19 deverá contactar um dos pontos focais da NOVA FCSH:

- Ana Costa (Av. Berna) – 910379586
- Catarina Bernardo (Av. Berna) – 910129618
- Cristina Oliveira (CAN) – 912903732
- Filipe Palma (CAN) – 910516215

O ponto focal contactado direcionará a pessoa para a área de isolamento (Gabinete 0.01 da Avenida de Berna e Sala 118 do Colégio Almada Negreiros), onde o caso suspeito de COVID-19, ou quem o acompanhe, caso seja necessário, deverá contactar a Linha do SNS 24 (808 24 24 24).

### **Caso de Infeção confirmada**

- Qualquer infeção confirmada deverá ser comunicada à Direção da NOVA FCSH;
- O ponto focal facultará o apoio necessário à pessoa infetada;
- O ponto focal informará quais as pessoas com quem a pessoa infetada manteve contacto significativo, incluindo:

1. Pessoas identificadas pela pessoa infetada;
2. Estudantes da mesma turma ou grupo de trabalho;
3. Colegas de trabalho da pessoa infetada (considerando um espaço de proximidade inferior a dois metros);
4. Outras pessoas que tenham partilhado um espaço fechado com a pessoa infetada.

Estas pessoas com alto risco de exposição deverão ser monitorizadas ativamente pelas autoridades de saúde, durante 14 dias.

- O ponto focal identificará também a lista de pessoas com baixo risco de exposição, a qual inclui:
  1. pessoas que tiveram contacto esporádico (momentâneo) com o caso confirmado;
  2. pessoas que prestaram assistência ao caso confirmado, desde que tenham seguido as medidas de prevenção.

As pessoas com baixo risco de exposição serão monitorizadas diariamente.

- Além do referido anteriormente, perante um caso confirmado por COVID-19, deverão ser ativados os procedimentos de vigilância ativa dos contactos próximos, relativamente ao início de sintomatologia.
- Para efeitos de gestão dos contactos, a NOVA FCSH colabora com Autoridade de Saúde Local na identificação, listagem e classificação dos contactos próximos (incluindo os casuais).

Estas medidas serão sempre validadas e alinhadas com os procedimentos definidos a cada momento pelas autoridades de saúde pública.

## Atividade Académica

### Calendários Escolares

Os calendários escolares publicados no site da NOVA FCSH do ano letivo 2020/21 já contemplam os ajustamentos que foram considerados necessários, sendo o mais significativo o adiamento do início do ano letivo.

### Sessão de acolhimento aos novos alunos

A NOVA FCSH organiza sessões de acolhimento presencial aos novos alunos do 1º ciclo de estudos, assegurando as devidas precauções (como o uso de máscara e o distanciamento físico) e evitando grandes agrupamentos de pessoas.

### Modelo de funcionamento das aulas do 1º ciclo de estudos

Para dar resposta à capacidade das instalações da NOVA FCSH, com as restrições impostas de distanciamento físico, e reduzir os riscos de contágio, as aulas presenciais serão acompanhadas com transmissão em tempo real, em *streaming*.

Haverá rotatividade semanal de estudantes, que irão alternar entre aulas presenciais e aulas transmitidas por *streaming*.

### Cursos de Licenciatura

Aulas:

- As aulas funcionam em sistema misto e têm a duração de 90 minutos (uma vez que é fundamental ter tempo para arejamento das salas);
- As salas (*campus* da Av. de Berna) estarão equipadas com os dispositivos necessários (*câmaras e speakerphones*) para viabilizar a transmissão da aula em *streaming*;
- Os estudantes de cada turma estarão divididos em dois subgrupos (A e B); um dos

subgrupos participará nas aulas presencialmente, outro a distância; haverá rotatividade semanal entre os dois subgrupos;

- O princípio de rotatividade obedece ao esquema: semanas ímpares – subgrupo A; semanas pares – subgrupo B (tendo em conta a semana 1, de 5 a 9 de outubro);
- Não é possível fazer alterações aos subgrupos (sob pena de se inviabilizar o regular funcionamento do sistema de rotatividade);
- Deve ser criteriosamente respeitada a capacidade COVID de cada sala de aula (de acordo com os lugares sinalizados).

Avaliação:

- Compete aos docentes, no contexto de pandemia que atravessamos, decidir as melhores estratégias de avaliação, adequadas ao trabalho que desenvolvem em cada unidade curricular e às atuais circunstâncias de funcionamento;
- Avaliações do tipo teste de frequência não poderão realizar-se a distância, havendo a distinguir duas situações:
  - o/a docente opta por realizar avaliações presenciais em dias diferentes, para os subgrupos A e B, ocupando assim duas sessões em sala de aula (e definindo tarefas para o subgrupo que está a distância);
  - o/a docente opta por juntar os subgrupos A e B para a(s) prova(s) de avaliação que, nesse caso, só poderão ter lugar ao sábado; estarão disponíveis as instalações do *campus* da Av. de Berna e do CAN, mediante marcação realizada com a devida antecedência.

### **Cursos de Mestrado, Pós-Graduação e Doutoramento**

Todas as unidades curriculares dos cursos de mestrado, pós-graduação e doutoramento funcionam em regime presencial. A estudantes que, por circunstâncias excepcionais, devidamente fundamentadas, não possam comparecer presencialmente nas instalações da NOVA FCSH, poderá ser facultada a possibilidade de assistirem às referidas aulas por videoconferência.

## **Trabalhos de grupo**

Para minimizar a possibilidade de contágio por COVID-19 nas instalações da NOVA FCSH é aconselhável que os alunos encontrem formas de trabalhar remotamente com os seus colegas.

## **Avaliações**

As avaliações de frequência e os exames (de recurso e de melhoria) realizar-se-ão presencialmente, a menos que alterações do contexto entretanto verificadas determinem outro tipo de opção (e.g. casos de estudantes que se encontrem comprovadamente de quarentena, por determinação das autoridades locais de saúde).

## **Espaços de estudo e áreas comuns**

- A utilização da NOVA FCSH durante o ano letivo 2020/21 será, preferencialmente, para a realização das aulas;
- As áreas comuns devem ser utilizadas principalmente por curtos períodos de tempo, em função das necessidades;
- Algumas salas de estudo que, pela sua dimensão, não cumpram os necessários requisitos de segurança, poderão ser fechadas.

## **Atendimento**

A partir do dia 6 de outubro de 2020 os horários de atendimento presencial dos serviços são:

### Divisão Académica

Segunda, terça, quarta e sexta-feira das 11:00h às 16:00h

Quinta-feira das 14:00h às 18:00h

### Divisão de Apoio ao Aluno

Segunda, terça, quarta e sexta-feira das 11:00h às 16:00h

Quinta-feira das 14:00h às 18:00h

### Tesouraria

Segunda, terça, quarta e sexta-feira das 11:00h às 16:00h

Quinta-feira das 14:00h às 18:00h

### Núcleo de Informática

Helpdesk: segunda a sexta-feira das 09:30h às 19:30h

Sala de computadores: segunda a sexta-feira das 09:30h às 19:30h

### Secretariados Departamentais

Segunda a Sexta-feira das 09:00h às 18:00h

### Biblioteca Mário Sottomayor Cardia (Av. de Berna)

Segunda a sexta-feira das 09:30h às 19:30h

Sábado das 09:30h às 13:30h

### Biblioteca Vitorino Magalhães Godinho (Colégio Almada Negreiros)

Segunda a sexta-feira das 11:30h às 18:30h

## **Cuidados individuais**

É importante que cada pessoa tenha os cuidados necessários para garantir a proteção de todos, pelo que se aconselha que tome as precauções a seguir indicadas.

### **Antes de sair de casa**

- 1) Meça a temperatura e avalie outros sintomas, nomeadamente tosse persistente e

dispneia/dificuldade respiratória, dor de garganta, corrimento nasal, dores de cabeça e/ou musculares, cansaço e perda de paladar; mantenha-se em casa se apresentar alguns destes sintomas;

- 2) Se esteve em contacto próximo (numa distância inferior a dois metros e por períodos superiores a 15 minutos) com uma pessoa contaminada com a COVID-19 ou com um caso suspeito também não se deve deslocar à NOVA FCSH;
- 3) Caso observe sintomas ou situações acima descritas, ligue para a linha SNS24 (808 24 24 24), proceda de acordo com as indicações que lhe forem comunicadas e informe a NOVA FCSH ([covid19@fcs.unl.pt](mailto:covid19@fcs.unl.pt)).

### **Não esquecer alguns aspetos práticos**

Tenha consigo:

- Gel desinfetante para as mãos;
- Duas máscaras de proteção facial (se estiver fora o dia todo);
- Um saco para colocar as máscaras reutilizáveis usadas;
- Evite usar objetos como pulseiras, anéis, ou outros adornos (quanto menos objetos para desinfetar melhor será).

### **Se utilizar transportes públicos**

- Mantenha sempre a distância física em todo o percurso;
- Utilize preferencialmente as escadas e, sempre que possível, evite o contacto com corrimões e outras superfícies;
- Se eventualmente recorrer a um táxi ou transporte similar, viaje sozinho no banco traseiro;
- Use gel desinfetante depois de tocar em objetos ou superfícies de uso comum;
- Evite pagar em dinheiro e, caso o faça, desinfete as mãos em seguida;
- Não toque na cara se não tiver as mãos limpas.

## Anexo – Utilização de Máscaras

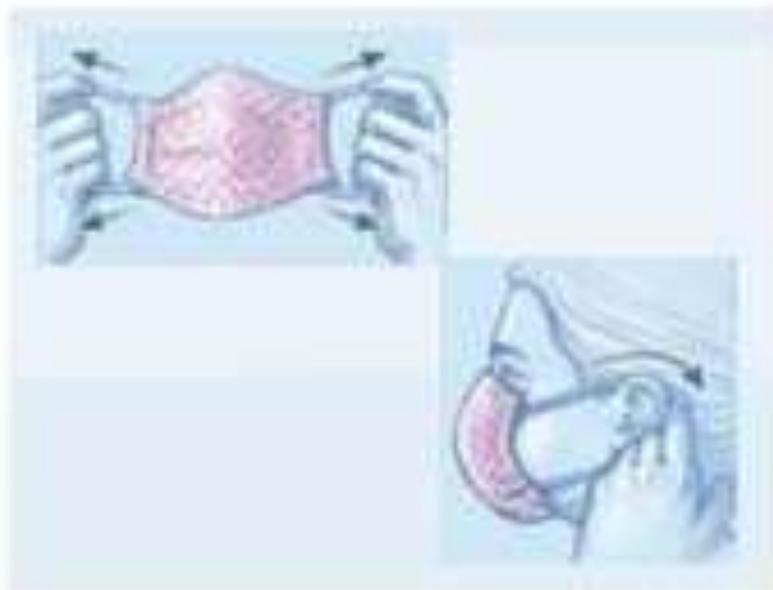
No que se refere a uma correta utilização da máscara, devem ser adotados os comportamentos recomendados pelas Autoridades de Saúde, aqui resumidos, o que não dispensa a consulta da informação fornecida pela Direção-Geral da Saúde (<https://covid19.min-saude.pt>).

### Colocação e utilização da Máscara

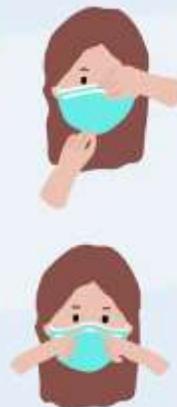
Conforme ilustrado nas figuras abaixo apresentadas, no que diz respeito à colocação e utilização da máscara, importa:

- 1) Lavar as mãos com água e sabão ou desinfetá-las;
- 2) Colocar a máscara à volta da boca e do nariz e ajustá-la ao nariz, garantindo que cobre a boca, o nariz e o queixo;
- 3) Garantir que a máscara se encontra devidamente colocada e ajustada ao rosto, certificando-se de que não existem espaços vazios ou soltos.





Verificar se está  
**perfeitamente**  
**ajustada** ao  
seu rosto





## Remoção da Máscara

Quando retirar a máscara deve:

- 1) Lavar as mãos com água e sabão ou desinfetá-las;
- 2) Tirar a máscara a partir da parte de trás, usando os atilhos ou elásticos, evitando contactar com a parte externa da máscara no rosto;
- 3) Dependendo da situação e do tipo de máscara, levar a mesma para lavagem ou descartá-la em contentor para resíduos indiferenciados;
- 4) Lavar novamente as mãos com água e sabão ou desinfetá-las.

Lavar bem as  
mãos antes  
de retirar  
a máscara



Deve ser removida a partir  
da parte de trás (não  
tocando na frente da  
máscara), segurando  
nos atilhos ou elásticos



Lavar bem as  
mãos antes  
de retirar  
a máscara



## Alguns Aspetos Adicionais a Considerar



Adicionalmente, importa ainda alertar para os seguintes aspetos:

- 1) Garantir que utiliza máscaras que cumpram as especificações técnicas recomendadas para prevenção da Covid-19;
- 2) Mudar de máscara sempre que esta fique suja ou húmida, o que geralmente corresponde a uma utilização continuada que pode ir até 4 a 6 horas;
- 3) Respeitar as indicações e especificações do fornecedor, no que se refere às condições de lavagem de máscara reutilizável (tipicamente 60º C) e ao número máximo de lavagens recomendado;
- 4) Alternar a utilização de diferentes máscaras comunitárias reutilizáveis entre os diferentes dias da semana, garantindo que apenas são utilizadas máscaras lavadas e secas em cada dia.