ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ACADEMIAS

# REINÍCIO DAS OPERAÇÕES DAS ACADEMIAS DE GINÁSTICA

. Cenário

. Segurança para nossos clientes e colaboradores

. Orientações e Materiais

# O CENÁRIO

# Pandemia COVID-19

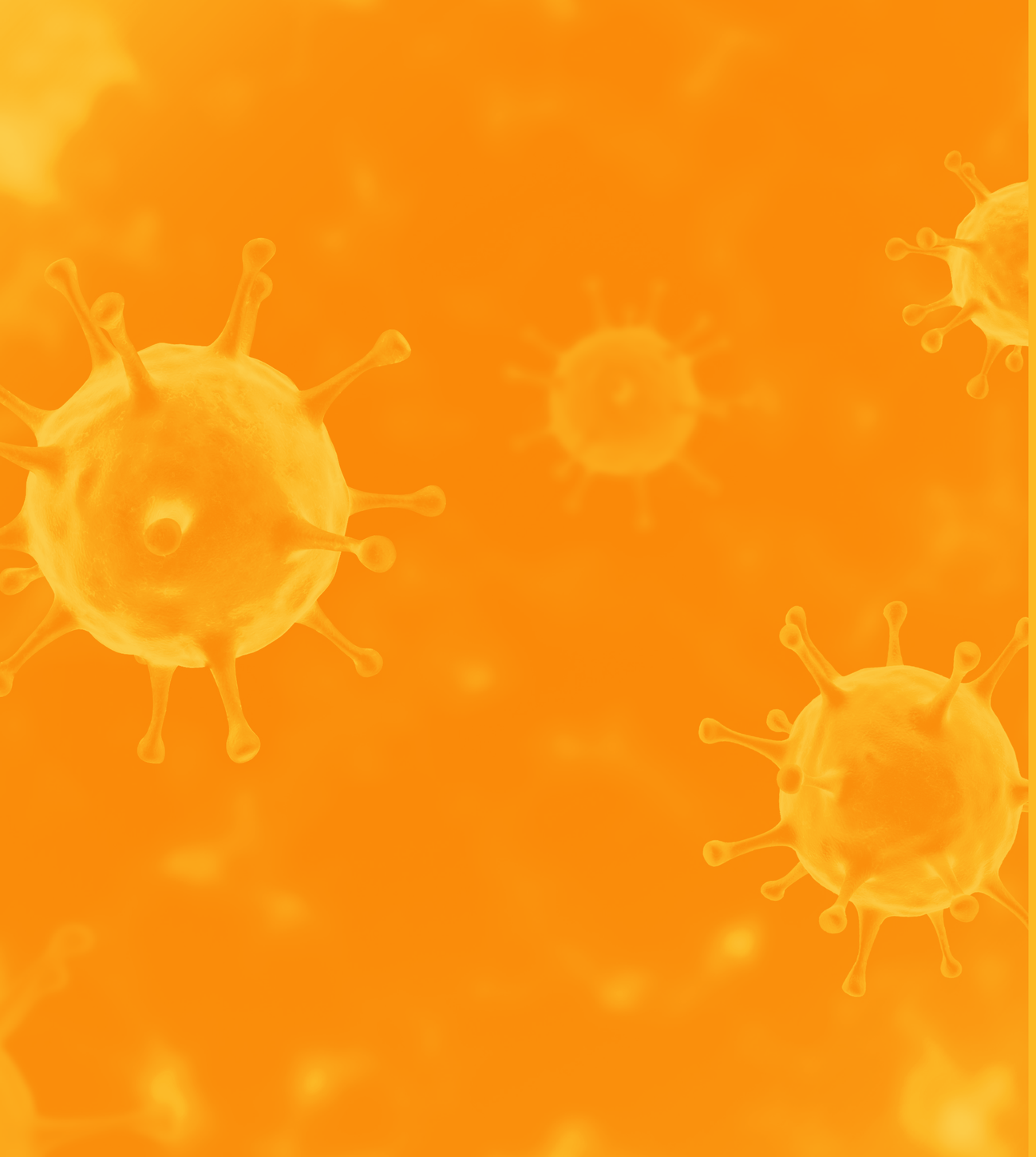
# Academias

# AC/ Pandemia do Sedentarismo

**2012**

**OMS – Organização Mundial da Saúde - declara a existência de uma "Pandemia de Inatividade Física"**

Brasil ocupa o lugar de **5º país mais sedentário** do mundo no ranking.



# E então veio mais uma **Pandemia do Coronavírus...**

. Academias fechadas

. Quarentena: pessoas em casa, sem atividade física, sedentários e alimentando-se muitas vezes de forma inadequada

**Atividade física:**

essencial para manter e reforçar as condições de saúde corporal, metabólica e emocional

Atividade física auxilia na imunidade física e em quadros que tornam as pessoas mais vulneráveis à COVID-19:

. Doenças cardiovasculares (principal causa de morte no Brasil): diminui em 33% a chance de morrer

. Diabetes: diminui em 78% a fatalidade

. Câncer: diminui em 50% o risco de morte

. Hipertensão

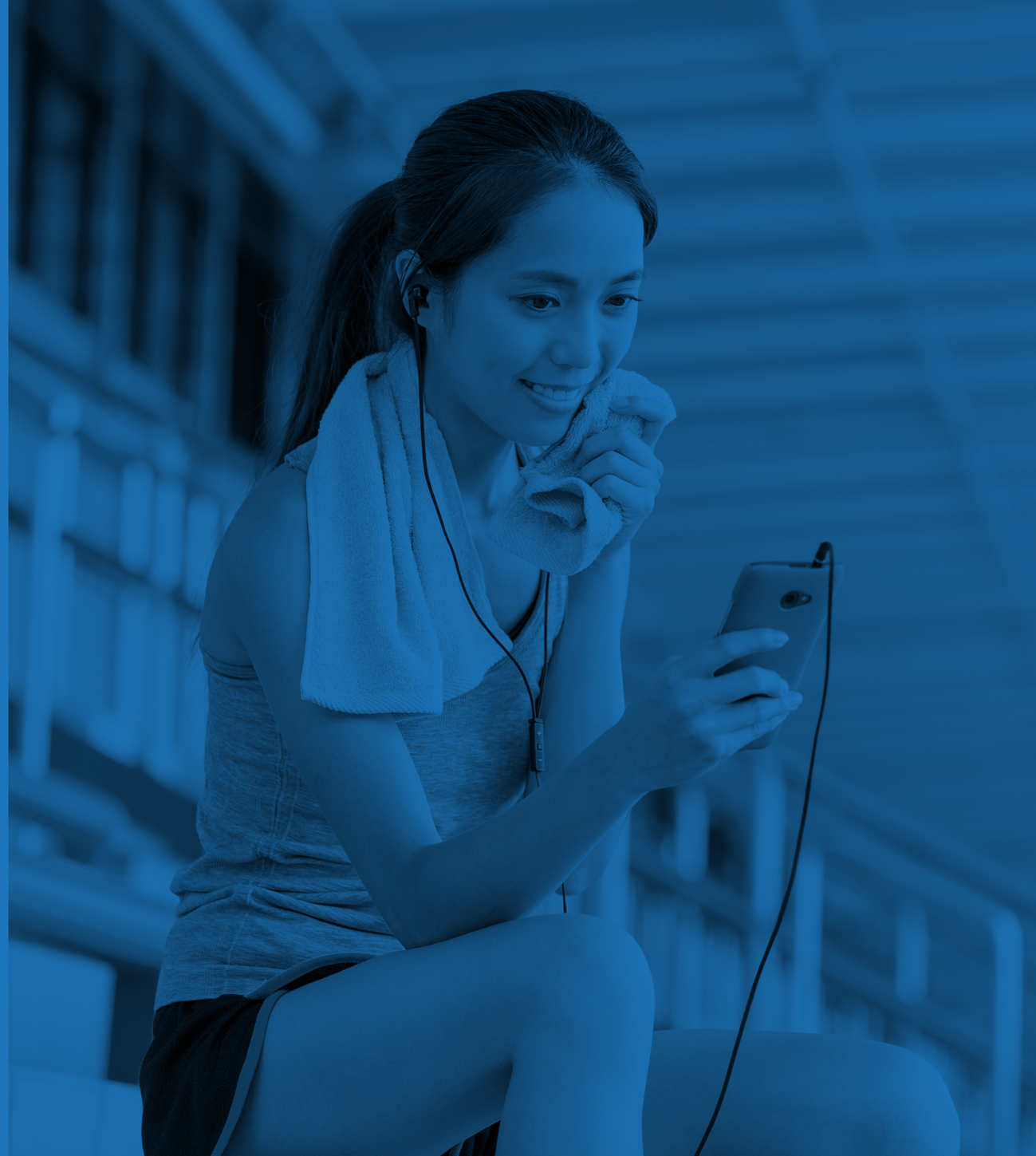
. Obesidade

. Problemas pulmonares

# O case chinês

China começou a retomar suas atividades normais com o chamado **“estado preventivo”** contra a Pandemia, incentivando as atividades físicas.

**OBJETIVO:**
Aumentar o sistema imunológico da população por meio da realização de exercícios regulares, principalmente para aqueles que estão no grupo de risco (obesos, diabéticos, hipertensos, cardiopatas, portadores de doenças imunodepressoras etc)



# Fitness: atividade essencial para fortalecer a capacidade de imunidade

. Redução de inflamações sistêmicas
. Aumenta competência imunológica que acontece naturalmente com o aumento da idade

**UM BOM EXEMPLO**:
Após a epidemia do H1N1 (2009) houve uma queda de 28% no número de infecções do trato respiratório superior em pessoas que praticavam atividade física

# Saúde Mental

A atividade física também é importante para manter a saúde mental, que pode afetar as pessoas facilmente em meio à quarentena

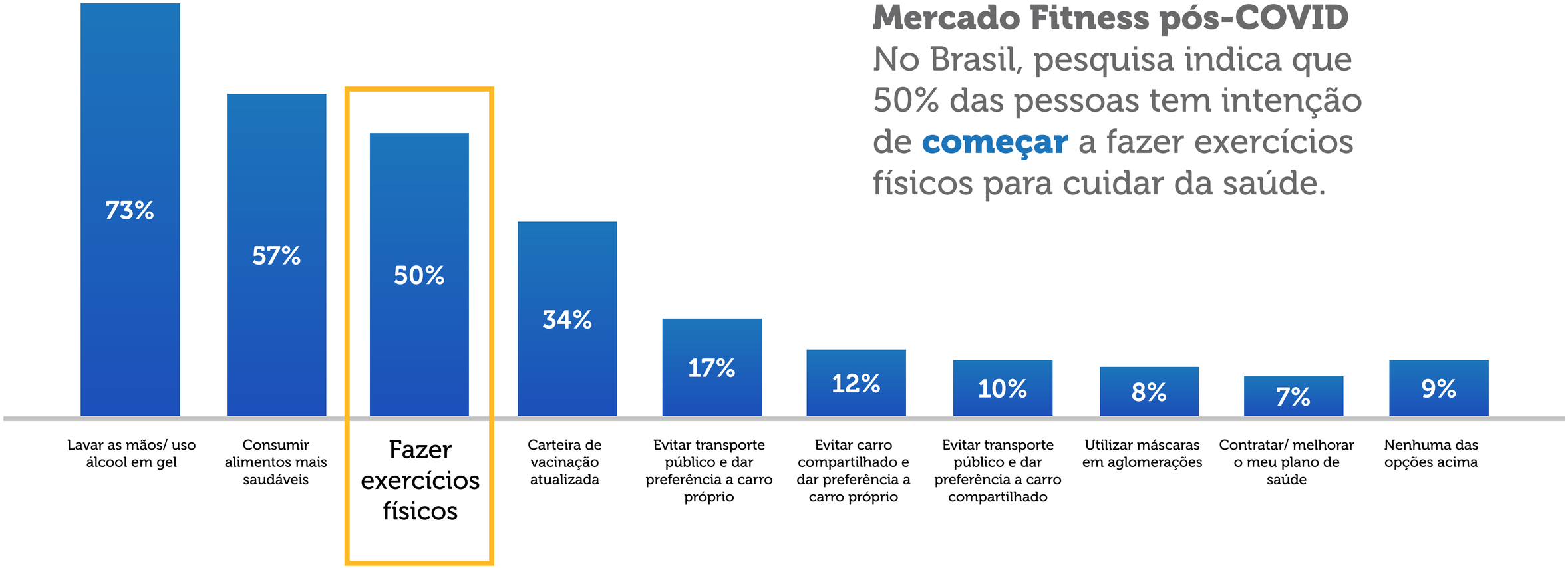
Quanto melhor a saúde mental, maior a imunidade física

**PROBLEMAS PSICOLÓGICOS COMUNS NA QUARENTENA:**

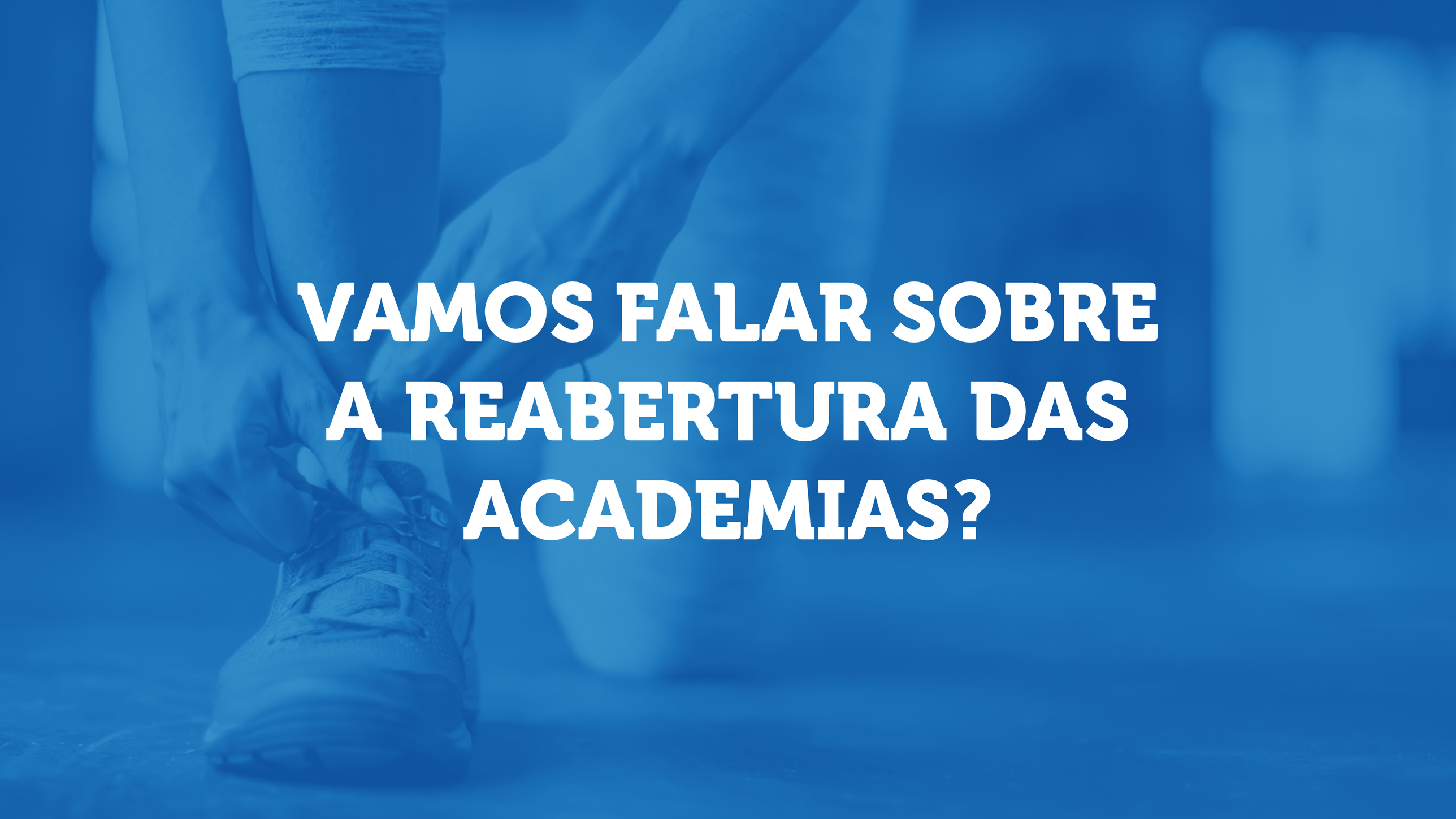
. Depressão (reclusão, solidão e falta de convívio social)
. Ansiedade (que pode levar a comer mais e de forma menos saudável)
. Agravamento de quadros mentais pré-existentes

Brasil - Intenção de novos hábitos de cuidado com a saúde pós COVID-19

# E depois?
# A pandemia pode levar as pessoas a se conscientizar da necessidade de praticar atividade física




**Mercado Fitness pós-COVID**
No Brasil, pesquisa indica que 50% das pessoas tem intenção de **começar** a fazer exercícios físicos para cuidar da saúde.


VAMOS FALAR SOBRE
A REABERTURA DAS
ACADEMIAS?

| | GoFIt Universidade de Madrid (Espanha) | Réouverture (U.E) e Vertical-Life (Itália) | Eindeversie (Holanda) | Will's Group (China) |
|---|---|---|---|---|
| Prover EPIs para colaboradores | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Medir a temperatura corporal dos entrantes e impedir a entrada daqueles com +37.8 oC | ✓ | ✓ | ✗ | ✓ |
| Acesso sem uso do leitor digital (apenas com CPF informado a recepcionista) | ✗ | ✓ | ✗ | ✓ |
| Limitar a entrada simultânea de 1 cliente a cada 6,25 m² de área da academia | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 50% Deixar apenas 50% dos aparelhos de cardio e os armários de vestiário em funcionamento | ✗ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Uso do bebedouro somente para garrafas | ✓ | ✗ | ✗ | ✓ |
| +60 Congelamento do plano para +60 anos | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ |
| Renovação do ar 7x ao dia | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ |

| | GoFIt Universidade de Madrid (Espanha) | Réouverture (U.E) e Vertical-Life (Itália) | Eindeversie (Holanda) | Will's Group (China) |
|---|---|---|---|---|
| Disponibilizar álcool em gel a 70% | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Oferecer kit de limpeza para os clientes higienizarem os equipamentos | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Dispositivo para limpeza dos sapatos dos entrantes da academia | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ |
| Fechar as áreas 2x ao dia para limpeza | ✗ | ✗ | ✓ | ✓ |
| Após cada aula na área da piscina, higienizar balizas, bordas e escada | ✗ | ✗ | ✗ | Piscinas fechadas |
| Garantir a alta qualidade da água nas piscinas com eletroporação e filtros químicos em alta concentração | ✓ | ✗ | ✗ | Piscinas fechadas |

| | (Brasil) | GoFIt Universidade de Madrid (Espanha) | Réouverture (U.E) e Vertical-Life (Itália) | Eindeversie (Holanda) | Will's Group (China) |
|---|---|---|---|---|---|
| Prover EPIs para colaboradores | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Medir a temperatura corporal dos entrantes e impedir a entrada daqueles com +37.8 oC | ✓ | ✓ | ✓ | ✗ | ✓ |
| Acesso sem uso do leitor digital (apenas com CPF informado a recepcionista) | ✓ | ✗ | ✓ | ✗ | ✓ |
| Limitar a entrada simultânea de 1 cliente a cada 6,25 m² de área da academia | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 50% Deixar apenas 50% dos aparelhos de cardio e os armários de vestiário em funcionamento | ✓ | ✗ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Uso do bebedouro somente para garrafas | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | ✓ |
| +60 Congelamento do plano para +60 anos | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ |
| Renovação do ar 7x ao dia | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ | ✗ |

| | (Brasil) | GoFIt Universidade de Madrid (Espanha) | Réouverture (U.E) e Vertical-Life (Itália) | Eindeversie (Holanda) | Will's Group (China) |
|---|---|---|---|---|---|
| Disponibilizar álcool em gel a 70% | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Oferecer kit de limpeza para os clientes higienizarem os equipamentos | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| Dispositivo para limpeza dos sapatos dos entrantes da academia | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ |
| Fechar as áreas 2x ao dia para limpeza | ✓ | ✗ | ✗ | ✓ | ✓ |
| Após cada aula na área da piscina, higienizar balizas, bordas e escada | ✓ | ✗ | ✗ | ✗ | Piscinas fechadas |
| Garantir a alta qualidade da água nas piscinas com eletroporação e filtros químicos em alta concentração | ✓ | ✓ | ✗ | ✗ | Piscinas fechadas |

# Para preservar a saúde dos frequentadores de academias,

**recomendamos que, após os órgãos públicos autorizarem a sua reabertura, todas as academias sigam estes procedimentos de segurança durante as 4 (quatro) primeiras semanas. O objetivo é reduzir o risco de contaminação do COVID-19 dentro das unidades.**

Esse material foi construído seguindo as orientações e as informações da **OMS e do Ministério da Saúde** para a prevenção do coronavírus na sociedade como um todo.

Também foi tomada como base a experiência de China, Hong Kong, Singapura e União Europeia, que são regiões onde o pico da pandemia já passou e o processo de retomada das mais de cinco mil academias já está sendo realizado com segurança.

As informações podem sofrer alterações dependendo da situação epidemiológica do COVID-19. **Por ora, todas elas foram revisadas pelas Professoras Doutoras Pesquisadoras do Departamento de Enfermagem em Saúde Coletiva da Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo (Anna Luiza de Fátima Pinho Lins Gryschek e Érica Gomes Pereira PhD, MSc, RN).**

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# TODOS CONTRA A COVID-19

VOLTAMOS! MAS PARA A SUA SEGURANÇA, RECOMENDAMOS PROCEDIMENTOS IMPORTANTES!

ACAD BRASIL

## COMO SE PROTEGER?

Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize com álcool gel a 70%.

Durma bem e tenha alimentação saudá

Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa, principalmente se estiver tossindo ou espirrando.

Ao tossir o nariz e a b com o br mãos.

Evite abraços, beijos e apertos de mãos.

Não compartilhe objetos de uso pessoal, como toalhas, squeezes, copos etc.

**NÃO COMPARTILHE OBJETOS PESSOAIS.**
**EVITE ABRAÇOS, BEIJOS E APERTOS DE MÃOS.**

**CONTAMOS COM A SUA COLABORAÇÃO PARA TORNAR A NOSSA ACADEMIA UM ESPAÇO MAIS SEGURO PARA TODOS.**

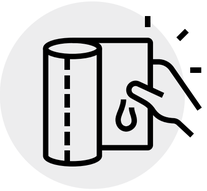
# LIMPEZA GERAL DAS UNIDADES:

**1/** Disponibilizar recipientes com **álcool em gel a 70%** para uso por clientes e colaboradores em todas as áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas de coletivas, piscina, vestiários, kids room, etc).

» A Anvisa autoriza a substituição do álcool 70% por hipoclorito de sódio a 0,5%, alvejantes contendo hipoclorito (de sódio, de cálcio) a 2-3,9%, iodopovidona 1%, peróxido de hidrogênio 0,5%, ácido peracético 0,5%, quaternários de amônio como cloreto de benzalcônio 0,05%, compostos fenólicos e desinfetantes de uso geral com ação contra vírus.

Também é possível diluir 1 copo (250 ml) de água sanitária em 1 litro de água ou 1 copo (200 ml) de alvejante em 1 litro de água.

**2/** Durante o horário de funcionamento da academia, fechar cada área de **2 a 3 vezes** ao dia por, pelo menos **30 minutos,** para limpeza geral e desinfecção dos ambientes.



**3/** **Posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre,** para que os clientes higienizem os equipamentos (colchonetes, halteres e máquinas) com produto específico para esse fim.

# USO OBRIGATÓRIO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL **(EPIs) PARA FUNCIONÁRIOS, PERSONAL TRAINERS E TERCEIRIZADOS:**

## Máscaras

(por recepcionistas, professores, equipe de limpeza, gerentes e terceiros)

⊕ Também vale incentivar os clientes a treinar usando máscaras.

Devem ser seguidas todas as orientações da **Organização Mundial de Saúde** para uso desse equipamento.

## ORIENTAÇÃO PARA MANUSEIO CORRETO DA MÁSCARA:

- Higienizar as mãos antes de colocar a máscara e depois de retirá-la.
- Cobrir boca e nariz.
- Não remover para falar.
- Garantir que há conforto para respirar.
- Evitar o uso de maquiagem.
- Trocar a máscara, caso ela fique úmida.
- Caso ela seja de tecido, lavar separadamente das outras roupas e passar com ferro quente.

# MEDIDAS OPERACIONAIS PREVENTIVAS:

**1/** **RECOMENDASE MEDIR COM TERMÔMETRO DO TIPO ELETRÔNICO À DISTÂNCIA A TEMPERATURA DE TODOS OS ENTRANTES.**
Caso seja apontada uma temperatura superior a 37.8 °C, recomenda-se não autorizar a entrada da pessoa na academia, incluindo clientes, colaboradores e terceirizados.

**2/** **SE ALGUM COLABORADOR APRESENTAR FEBRE ALTA**
junto com algum outro sintoma de COVID-19, informar imediatamente à gerência local.

**3/** **NO CASO DO USO DE LEITOR DE DIGITAL PARA ENTRADA NA ACADEMIA,** deve-se disponibilizar um recipiente de álcool em gel a 70% ao lado da catraca. Além disso, o cliente deve ter a opção de acessar à academia comunicando à recepcionista seu número de matrícula ou seu CPF, para que não precise tocar no leitor digital.

**4/** **OFERECER DISPOSITIVO PARA LIMPEZA PARA SAPATOS** na entrada da academia.

**5/** **LIMITAR A QUANTIDADE DE CLIENTES QUE ENTRAM NA ACADEMIA:** ocupação simultânea de 1 cliente a cada 6,25 m² (áreas de treino, piscina e vestiário).

**6/** **DELIMITAR COM FITA O ESPAÇO** em que cada cliente deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas. Cada cliente deve ficar a 1,5 m de distância do outro.

**7/** **UTILIZAR APENAS 50% DOS APARELHOS DE CÁRDIO,** ou seja, deixar o espaçamento de um equipamento sem uso para o outro. Fazer o mesmo com os armários.

**8/** **LIBERAR A SAÍDA DE ÁGUA** no bebedouro somente para uso de garrafas próprias.

**9/** **REALIZAR O CONGELAMENTO DOS PLANOS** de clientes acima de 60 anos de idade, quando solicitado.

**10/** **RENOVAR TODO O AR DO AMBIENTE, DE ACORDO COM A EXIGÊNCIA DA LEGISLAÇÃO** (pelo menos, 7 vezes por hora), e fazer a troca dos filtros de ar, no mínimo 1 vez por mês, usando pastilhas adequadas para higienização nas bandejas do aparelho. Ou, caso não haja ar-condicionado, implantar o sistema de ventilação cruzada (abertura de portas e janelas).

**11/** **COMUNICAR PARA OS CLIENTES TRAZEREM AS SUAS PRÓPRIAS TOALHAS** para ajudar na manutenção da higiene dos equipamentos. Caso a academia forneça toalhas, elas devem ser descartadas pelo cliente em um recipiente com tampa e acionamento por pedal.

**12/** **EXPÔR AOS CLIENTES TODOS OS MANUAIS DE ORIENTAÇÃO** que possam ajudar a combater a contaminação do COVID-19. Assim como reforçar os protocolos de limpeza para conter o vírus de acordo com a operação de cada academia.

**13/** **CAPACITAR TODOS OS COLABORADORES** em como orientar os clientes sobre as medidas de prevenção. Assim como pedir para que eles evitem cumprimentos com beijos, apertos de mãos e abraços. E que não façam reuniões com mais de 10 pessoas.

# RECOMEDAÇÕES PARA PISCINA:

**1/** Disponibilizar, próximo à entrada da piscina, recipiente de **álcool em gel a 70%** para que os clientes usem antes de tocar na escada ou nas bordas da piscina.

**2/** **Exigir o uso de chinelos** no ambiente de práticas aquáticas.

**3/** Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada cliente possa **pendurar sua toalha** de forma individual.

**4/** Após o término de cada aula, **higienizar as escadas, balizas e bordas da piscina.**

**5/** Garantir a qualidade da água nas piscinas com **eletroporação e filtros químicos** em alta concentração.

**Obs.:** níveis adequados de desinfetante (2 a 3 partes por milhão de cloro livre ou 3 a 8 ppm de bromo) e pH (7,2 a 8,0) na água da piscina.

# COMO COMUNICAR

# Pack de Comunicação Interna

# Comunicação Digital

# Comunicação Digital

# Aquisição dos Materiais

## KIT IMPRESSO
## Versão Básica e Premium

## KIT DIGITAL

PROCEDIMENTOS CONTRA
**COVID-19**

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# TODOS CONTRA A COVID-19

VOLTAMOS! MAS PARA A SUA SEGURANÇA, RECOMENDAMOS PROCEDIMENTOS IMPORTANTES!

ACAD BRASIL

## COMO SE PROTEGER?

Lave com frequência as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize com álcool gel a 70%.

Durma bem e tenha alimentação saudá

Mantenha uma distância mínima de cerca de 2 metros de qualquer pessoa, principalmente se estiver tossindo ou espirrando.

Ao tossir o nariz e a b com o br mãos.

Evite abraços, beijos e apertos de mãos.

Não compartilhe objetos de uso pessoal, como toalhas, squeezes, copos etc.

**NÃO COMPARTILHE OBJETOS PESSOAIS.**
**EVITE ABRAÇOS, BEIJOS E APERTOS DE MÃOS.**

**CONTAMOS COM A SUA COLABORAÇÃO PARA TORNAR A NOSSA ACADEMIA UM ESPAÇO MAIS SEGURO PARA TODOS.**

# BANNER RECEPÇÃO

BANNER DISPONÍVEL NAS VERSÕES:

. Padrão
. Completo

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# TODOS CONTRA A COVID-19

PROCEDIMENTOS CONTRA COVID-19

PARA A SUA SEGURANÇA, TOMAMOS UMA SÉRIE DE PROCEDIMENTOS IMPORTANTES.

- A quantidadede pessoas será limitada para evitar aglomerações.
- Higienize seus sapatos na entrada.
- A entrada de pessoas com temperatura acima de 37.8°C não está autorizada
- Higienize suas mãos após usar o leitor digital da biometria ou peça para liberar sua entrada na recepção com apresentação do seu CPF.
- Vamos manter os ambientes da academia sempre higienizados.
- Vamos reduzir a quantidade de equipamentos em funcionamento para manter as pessoas mais distantes entre si.
- Lave suas mãos com frequência ou use álcool gel.
- O bebedouro está desativado. Traga sua garrafa de água de casa.
- Evite compartilhar objetos de uso pessoal, como squeeze, toalhas e outros.
- Evite o contato de suas mãos com olhos, nariz e boca.Também evite abraços, beijos e apertos de mão.

1,5 m

**EM CASO DE DÚVIDAS, FALE COM A NOSSA EQUIPE!**


# TODOS CONTRA A COVID-19

PROCEDIMENTOS CONTRA COVID-19

PARA A SUA SEGURANÇA, TOMAMOS UMA SÉRIE DE PROCEDIMENTOS IMPORTANTES.

- A quantidadede pessoas será limitada para evitar aglomerações.
- Higienize seus sapatos na entrada.
- Se estiver com febre, recomendamos que fique em casa.
- Higienize os equipamentos antes de usar.
- Vamos manter os ambientes da academia sempre higienizados.
- Vamos reduzir a quantidade de equipamentos em funcionamento para manter as pessoas mais distantes entre si.
- Lave suas mãos com frequência ou use álcool gel.
- Evite o contato de suas mãos com olhos, nariz e boca. Ao tossir ou espirrar, cubra o nariz e a boca com um lenço ou com o braço, não com as mãos.
- Evite compartilhar objetos de uso pessoal, como squeeze, toalhas e outros.
- Evite abraços, beijos, apertos de mão.

1,5 m

**EM CASO DE DÚVIDAS, FALE COM A NOSSA EQUIPE!**


PROCEDIMENTOS CONTRA COVID-19

# Cartaz Álcool Gel

# TODOS CONTRA A COVID-19

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

VOLTAMOS! MAS PARA A SUA SEGURANÇA, RECOMENDAMOS PROCEDIMENTOS IMPORTANTES!

**NÃO COMPARTILHE OBJETOS PESSOAIS.**
**EVITE ABRAÇOS, BEIJOS E APERTOS DE MÃOS.**

**CONTAMOS COM A SUA COLABORAÇÃO PARA TORNAR A NOSSA ACADEMIA UM ESPAÇO MAIS SEGURO PARA TODOS.**

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Cartaz Armário Desativado

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# TODOS CONTRA A COVID-19

Proibição do uso dos armários.

Seguindo o Decreto Municipal, ainda não podemos liberar o uso dos armários.

Qualquer dúvida, por favor, fale com nossa equipe.

**Contamos com sua colaboração!**

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

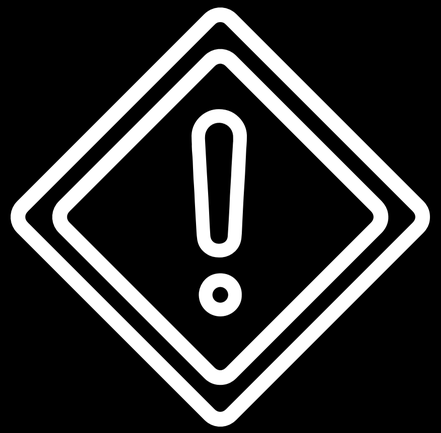
# Cartaz Bebedouros

Cartaz disponível nas versões:
Desativado e parcialmente desativado

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Cartaz Chuveiro Desativado

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19



**TODOS CONTRA A COVID-19**

Para diminuir o risco de contágio, os chuveiros estão desativados.

Contamos com sua compreensão!

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Cartaz Colaboradores

# TODOS CONTRA A COVID-19

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

VOLTAMOS! MAS, É CLARO,
COM PROCEDIMENTOS RÍGIDOS
**DE SEGURANÇA, DE ACORDO COM O DECRETO MUNICIPAL.**

Faça a sua parte!

**USE MÁSCARA**

Ela é essencial para evitar o contágio. Protege você e nossos clientes.

**SINAIS DE COVID-19**

Se você está com febre acima de 37.8°C e algum outro sintoma de COVID-19, informe imediatamente a sua gerência.

Estes são os sintomas: tosse, coriza, dor de garganta, dificuldade para respirar

**TEMPERATURA DOS CLIENTES**

Oriente seus clientes. Se tiverem febre, devem ficar em casa.

**HIGIENIZE SEMPRE AS SUAS MÃOS**

Lave bem as mãos até a altura dos punhos, com água e sabão, ou então higienize com álcool gel a 70%. Essa higienização deve levar cerca de 20 segundos. Lembre-se de lavar debaixo das unhas, a parte de cima das mãos e os polegares.

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Cartaz Dispenser Limpeza

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

## TODOS CONTRA A COVID-19

Para sua própria segurança, limpe as máquinas, colchonetes e halteres.

Sugerimos que use toalhas descartáveis para jogar fora depois.

Contamos com sua compreensão!

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Cartaz Elevadores

Cartaz disponível nas versões:
Padrão e sem idoso

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Cartaz Equipamento Desligado

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

## TODOS CONTRA A COVID-19

Este equipamento está desligado. Para a sua segurança, estamos com redução de equipamentos em funcionamento.

Este procedimento aumenta a distância entre as pessoas e diminui riscos de contário.

Contamos com sua compreensão!

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# TODOS CONTRA A COVID-19

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

Para garantir a sua segurança, estamos
com alguns equipamentos desligados.

Faça a sua parte: não compartilhe objetos pessoais,
como toalha, squeeze etc. Evite o contato das mãos com
olhos, nariz e boca. Higienize o aparelho antes do uso.

Testeira - Esteira

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Kits material Impresso

Os materiais impressos de comunicação padrão serão disponibilizados em KITs para compra nos tamanhos P, M e G
Temos a opção de material em dois materiais:

**PREMIUM - adesivado em PS (mais durável)**

Além do KIT padrão poderá ser adquirido o KIT para áreas de Piscina e itens unitários adicionais.

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Kits material ***Comunicação***

| | Material CV | QUANTIDADE | | |
|---|---|---|---|---|
| | | KIT P | KIT M | KIT G |
| **Padrão** | Banner - Recepção  V. Simplificado | 1 | 1 | 1 |
| | Cartaz Vestiário - Desativado | 2 | 2 | 2 |
| | Cartaz Vestiário- Lave as mãos | 2 | 2 | 2 |
| | Equipamento Desligado | 4 | 8 | 15 |
| | Sala - Fechada (para ginástica e bike) | 1 | 2 | 3 |
| | Cartaz sintomas, etiqueta respiratória e forma de contágio | 1 | 1 | 1 |
| | Cartaz Dispenser Limpeza | 2 | 3 | 4 |
| | Armário Desativado | 0 | 1 | 2 |
| | Cartaz Chuveiro Desativado | 2 | 4 | 6 |
| | Cartaz Bebedouro Desligado | 1 | 1 | 2 |
| | Cartaz Bebedouro Parcial | 1 | 1 | 2 |
| | Cartaz Colaboradores | 0 | 1 | 1 |
| | **QUANTIDADE ITENS KIT** | 17 | 27 | 41 |

*KIT Padrão em três tamanhos (P,M,G)*

PROCEDIMENTOS CONTRA
**COVID-19**

| | Material CV | QUANTIDADE | | |
|---|---|---|---|---|
| | | Pack P | Pack M | Pack G |
| Padrão | Banner - Recepção V. Simplificado | 1 | 1 | 1 |
| | Cartaz Vestiário - Desativado | 2 | 2 | 2 |
| | Cartaz Vestiário- Lave as mãos | 2 | 2 | 2 |
| | Equipamento Desligado | 4 | 8 | 15 |
| | Sala - Fechada (para ginástica e bike) | 1 | 2 | 3 |
| | Cartaz sintomas, etiqueta respiratória e forma de contágio | 1 | 1 | 1 |
| | Cartaz Dispenser Limpeza | 2 | 3 | 4 |
| | Armário Desativado | 0 | 1 | 2 |
| | Cartaz Chuveiro Desativado | 2 | 4 | 6 |
| | Cartaz Bebedouro Desligado | 1 | 1 | 2 |
| | Cartaz Bebedouro Parcial | 1 | 1 | 2 |
| | Cartaz Colaboradores | 0 | 1 | 1 |
| | **VALOR TOTAL** | R$ 299,00 | R$ 392,80 | R$ 521,00 |

*Kits na versão:*
*Premium – PS adesivado*
*Fornecedor: Gráfica Prisma*

*ATENÇÃO!*
*A produção dos materiais não contempla o frete, pois o mesmo só pode ser calculado no site da ACAD.*

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

# Kits material ***Comunicação***

| | Material CV | QUANTIDADE |
|---|---|---|
| **Pack Piscina** | Cartaz Piscina - Toalha | 2 |
| | Cartaz Piscina - Mãos | 2 |
| | Cartaz Piscina - Chinelo | 1 |
| | **QUANTIDADE ITENS KIT** | **5** |
| | | **VALOR TOTAL R$ 26,00** |

*KIT comunicação para área de Piscina*

PROCEDIMENTOS CONTRA
**COVID-19**

PROCEDIMENTOS CONTRA
COVID-19

| | | QUANTIDADE | |
|---|---|---|---|
| **Pack Piscina PS** | Cartaz Piscina - Toalha | 2 | |
| | Cartaz Piscina - Mãos | 2 | |
| | Cartaz Piscina - Chinelo | 1 | |
| | **VALOR TOTAL** | **R$** | **28,00** |
| **Pack Piscina Papel** | Cartaz Piscina - Toalha | 2 | |
| | Cartaz Piscina - Mãos | 2 | |
| | Cartaz Piscina - Fechada | 1 | |
| | Cartaz Piscina - Chinelo | 1 | |
| | **VALOR TOTAL** | **R$** | **34,48** |

*Kits na versão:*
*Premium – PS adesivado*
*Básica - Papel couche*
*Fornecedor: Gráfica ESAG*

*ATENÇÃO!*
*A produção dos materiais não contempla o frete, pois o mesmo só pode ser calculado no site da ACAD.*

# Kits material Comunicação

*Itens que podem ser comprados de forma unitária conforme necessidade.*

| | Material CV | QUANTIDADE |
|---|---|---|
| **Unitários** | Cartaz Álcool Gel | Unitário |
| | Adesivo Chão - Distanciamento | Unitário |
| | Adesivo Chão - Distanciamento Pés | Unitário |
| | Testeira Esteira | Unitário |
| | Uso Elevadores - Restrições S/Idosos | Unitário |
| | Uso Elevadores - Restrições | Unitário |
| | Cartaz Mascara Obrigatorio | Unitário |
| | Cartaz Idoso | Unitário |
| | Cartaz Sauna | Unitário |
| | Cartaz Piscina - Fechada | Unitário |

| | | VALOR UNITÁRIO | |
|---|---|---|---|
| **Unitários PS** | Cartaz Álcool Gel | R$ | 5,60 |
| | Adesivo Chão - Distanciamento | R$ | 10,00 |
| | Adesivo Chão - Distanciamento Pés | R$ | 8,00 |
| | Testeira Esteira | R$ | 4,00 |
| | Uso Elevadores - Restrições S/Idosos | R$ | 10,40 |
| | Uso Elevadores - Restrições | R$ | 10,40 |
| | Cartaz Mascara Obrigatorio | R$ | 5,60 |
| | Cartaz Idoso | R$ | 5,60 |
| | Cartaz Sauna | R$ | 5,60 |
| | Cartaz Piscina - Fechada | R$ | 10,50 |

| | | VALOR UNITÁRIO | |
|---|---|---|---|
| **Unitários Papel** | Cartaz Álcool Gel | R$ | 5,75 |
| | Adesivo Chão - Distanciamento | R$ | 10,00 |
| | Adesivo Chão - Distanciamento Pés | R$ | 8,00 |
| | Testeira Esteira | R$ | 4,60 |
| | Uso Elevadores - Restrições S/Idosos | R$ | 11,49 |
| | Uso Elevadores - Restrições | R$ | 11,49 |
| | Cartaz Mascara Obrigatorio | R$ | 5,75 |
| | Cartaz Idoso | R$ | 5,75 |
| | Cartaz Sauna | R$ | 5,75 |
| | Cartaz Piscina - Fechada | R$ | 11,49 |

*Kits na versão:*
***Premium** – PS adesivado*
***Básica** - Papel couche*
***Fornecedor:** Gráfica ESAG*

***ATENÇÃO!***
*A produção dos materiais não contempla o frete, pois o mesmo só pode ser calculado no site da ACAD.*

PROCEDIMENTOS CONTRA
**COVID-19**

ACESSE

**www.acadbrasil.com.br**

PARA COMPRA DOS KITS

Dúvidas

atendimento@acadbrasil.com.br

21 96445-5939

# ESTAMOS SEGUROS?

"A Felicidade também se pode exercitar"

# COMPARAÇÃO DE PONTOS DE PROTOCOLOS E RECURSOS PARA SEGURANÇA E LIMPEZA DEFINIDOS PARA OS CENTROS DAS ACADEMIAS A FIM DE PROTEGER TODOS DA COVID-19 (DRAFT 1)

| PROPOSTA ACAD | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| NO ACESSO AO SERVIÇO | TRANSPORTE PUBLICO | ESCRITÓRIO | SHOPPING | SUPERMERCADO | CASA | FARMÁCIA | HOSPITAL | ACADEMIAS |
| POSSIBLIDADE DE AGENDAMENTO / ORGANIZAÇÃO PARA ATENDIMENTO/OFERTA DO SERVIÇO | 0 | 3 | 5 | 7 | 0 | 7 | 4 | 8 |
| HIGIENIZAÇÃO DE CALÇADOS NO ACESSO PRINCIPAL | 0 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 7 |
| CHECAGEM DE TEMPERATURA NO ACESSO PRINCIPAL | 0 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 7 | 7 |
| HIGIENIZAÇÃO DE MÃOS NO ACESSO PRINCIPAL | 2 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| USO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL | 3 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| DISTÂNCIA DE SEGURANÇA ENTRE ARMÁRIO/ PRATELEIRAS & CIRCULAÇÃO | 2 | 5 | 5 | 5 | 7 | 5 | 5 | 7 |
| **NO CONSUMO/ UTILIZAÇÃO DO SERVIÇO** | | | | | | | | |
| FILTRO DE AR COM AÇÃO ANTI-VIRAL (EQUIPARADOS A AREAS CIRURGICAS) | 0 | 2 | 2 | 2 | 3 | 5 | 6 | 8 |
| TROCA/RENOVAÇÃO DE AR 7X HORA | 0 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 7 |
| CAPACIDADE DE REALIZAR FECHAMENTO POR ÁREA DE 30 MINUTOS 2 A 3X A DIA PARA DESINFECÇÃO E LIMPEZA DO LOCAL/AMBIENTE | 7 | 0 | 4 | 4 | 8 | 4 | 0 | 7 |
| ESPAÇO DE SEGURANÇA POR CLIENTE/USUÁRIO (1 PESSOA POR 6,25M$^2$) | 0 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 8 |
| DISPONIBILIDADE DE ALCOOL EM TODO AS ÁREAS DO AMBIENTE (CAPACIDADE DE MANTER A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS) | 0 | 5 | 4 | 3 | 5 | 6 | 7 | 7 |
| INTENSIFICAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA ANTI-COVID-19 + STAFF DE LIMPEZA EXTRA | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 7 |
| READEQUAÇAO DO LAYOUT DO AMBIENTE PARA GERAR MAIS DISTÂNCIA ENTRE PESSOAS + CIRCULAÇÃO SEGURA (MARCAÇÃO DO ESPAÇOS) | 0 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 7 |
| % FUNCIONÁRIOS QUALIFICADOS PARA APLICAR PROTOCOLOS ANTI COVID-19 (NIVEL DE FORMAÇÃO, TREINAMENTOS , ETC.) | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 7 | 8 | 7 |
| APROVAÇÃO INDEPENDENTE DE ESPAÇO SEGURO & QUE APLICA PROTOCOLOS ANTI-COVID19 | 0 | 0 | 3 | 3 | 0 | 6 | 6 | 7 |
| CONTRIBUIÇÃO DA ATIVIDADE FIM COMO ESTRATÉGIA PARA O COMBATE A COVID-19 | 0 | 0 | 0 | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 |
| **PONTUAÇÃO MÉDIA** | **1,3** | **3,4** | **3,9** | **4,3** | **4,2** | **5,1** | **5,3** | **6,9** |

*"A Felicidade também se pode exercitar"*

# Taxa de segurança no combate à Covid

**Relação da taxa de segurança (escala de 0 a 8)*
*Com base na pontuação independente de 16 itens relacionados a segurança e limpeza das operações (recursos e protocolos)*

*Universidad Rey Juan Carlos (Madrid, Espanha)*
*Advanced Wellbeing Research Centr (Sheffield Hallam University, UK)*

"A Felicidade também se pode exercitar"

# COMPARAÇÃO DE PONTOS DE PROTOCOLOS E RECURSOS PARA SEGURANÇA E LIMPEZA DEFINIDOS PARA OS CENTROS DAS ACADEMIAS A FIM DE PROTEGER TODOS DA COVID-19 (DRAFT 1)

| PROPOSTA ACAD | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| NO ACESSO AO SERVIÇO | TRANSPORTE PUBLICO | ESCRITÓRIO | SHOPPING | SUPERMERCADO | CASA | FARMÁCIA | HOSPITAL | ACADEMIAS |
| POSSIBLIDADE DE AGENDAMENTO / ORGANIZAÇÃO PARA ATENDIMENTO/OFERTA DO SERVIÇO | 0 | 3 | 5 | 7 | 0 | 7 | 4 | 8 |
| HIGIENIZAÇÃO DE CALÇADOS NO ACESSO PRINCIPAL | 0 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 7 |
| CHECAGEM DE TEMPERATURA NO ACESSO PRINCIPAL | 0 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 7 | 7 |
| HIGIENIZAÇÃO DE MÃOS NO ACESSO PRINCIPAL | 2 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| USO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL | 3 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 | 7 |
| DISTÂNCIA DE SEGURANÇA ENTRE ARMÁRIO/ PRATELEIRAS & CIRCULAÇÃO | 2 | 5 | 5 | 5 | 7 | 5 | 5 | 7 |
| **NO CONSUMO/ UTILIZAÇÃO DO SERVIÇO** | | | | | | | | |
| FILTRO DE AR COM AÇÃO ANTI-VIRAL (EQUIPARADOS A AREAS CIRURGICAS) | 0 | 2 | 2 | 2 | 3 | 5 | 6 | 8 |
| TROCA/RENOVAÇÃO DE AR 7X HORA | 0 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 7 |
| CAPACIDADE DE REALIZAR FECHAMENTO POR ÁREA DE 30 MINUTOS 2 A 3X A DIA PARA DESINFECÇÃO E LIMPEZA DO LOCAL/AMBIENTE | 7 | 0 | 4 | 4 | 8 | 4 | 0 | 7 |
| ESPAÇO DE SEGURANÇA POR CLIENTE/USUÁRIO (1 PESSOA POR 6,25M$^2$) | 0 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 5 | 8 |
| DISPONIBILIDADE DE ALCOOL EM TODO AS ÁREAS DO AMBIENTE (CAPACIDADE DE MANTER A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS) | 0 | 5 | 4 | 3 | 5 | 6 | 7 | 7 |
| INTENSIFICAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS DE LIMPEZA ANTI-COVID-19 + STAFF DE LIMPEZA EXTRA | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 7 | 7 |
| READEQUAÇAO DO LAYOUT DO AMBIENTE PARA GERAR MAIS DISTÂNCIA ENTRE PESSOAS + CIRCULAÇÃO SEGURA (MARCAÇÃO DO ESPAÇOS) | 0 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 7 |
| % FUNCIONÁRIOS QUALIFICADOS PARA APLICAR PROTOCOLOS ANTI COVID-19 (NIVEL DE FORMAÇÃO, TREINAMENTOS , ETC.) | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 7 | 8 | 7 |
| APROVAÇÃO INDEPENDENTE DE ESPAÇO SEGURO & QUE APLICA PROTOCOLOS ANTI-COVID19 | 0 | 0 | 3 | 3 | 0 | 6 | 6 | 7 |
| CONTRIBUIÇÃO DA ATIVIDADE FIM COMO ESTRATÉGIA PARA O COMBATE A COVID-19 | 0 | 0 | 0 | 7 | 7 | 8 | 8 | 8 |
| **PONTUAÇÃO MÉDIA** | **1,3** | **3,4** | **3,9** | **4,3** | **4,2** | **5,1** | **5,3** | **6,9** |

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ACADEMIAS
BRASIL