



# A EPAL E A ÁGUAS DO VALE DO TEJO EM TEMPOS DE COVID-19

Tal  
como  
a água,  
damos  
a volta  
aos obstáculos  
e seguimos  
o nosso  
caminho

PROTEÇÃO PREVENÇÃO POSICIONAMENTO ORGANIZAÇÃO SOLIDARIEDADE REINVENÇÃO



# COVID-19

## Medidas de Prevenção e Proteção Instalações EPAL e AdVT



Proceder à auto monitorização da temperatura corporal e dos sintomas da COVID-19;



Utilizar máscara de proteção quando aceder às instalações, em ambientes onde coexistem outras pessoas ou quando não for possível garantir a distância mínima;



Manter o afastamento entre pessoas de pelo menos um metro de distância, devendo ser de pelo menos dois metros em ambientes fechados;



Tossir ou espirrar para a prega do cotovelo, com o antebraço fletido, ou usar lenço de papel;



Colocar lenços de papel e equipamentos de proteção descartáveis usados no contentor de resíduos indiferenciados;



Lavar as mãos frequentemente ao longo do dia (acesso às instalações, contacto com objetos e superfícies comuns, às refeições, receção de encomendas, etc.). Se a lavagem das mãos não for possível, usar solução alcoólica, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas;



Evitar partilhar objetos pessoais, bebidas ou alimentos com outras pessoas;



Desinfetar frequentemente os seus equipamentos, objetos e superfícies do posto de trabalho e aqueles de utilização comum, antes e depois do uso ou contacto;



Proceder frequentemente ao arejamento e ventilação do local de trabalho;



Evite aglomerações e respeite a lotação e as regras dos espaços;



Se sentir febre ou outros sintomas associados à COVID-19, desloque-se para a área de isolamento, contacte a Linha SNS 24 e informe de imediato a sua chefia.

**Não deverá aceder às instalações da EPAL e AdVT se apresentar sintomas da COVID-19 ou manteve contacto próximo com casos confirmados ou suspeitos de COVID-19, sem antes contactar a Linha SNS 24. Deve comunicar de imediato esta situação à respetiva chefia.**

**O cumprimento destas recomendações é a melhor forma de minimizar os riscos para todos. Contamos com a sua colaboração. Adote comportamentos responsáveis e conscientes.**

## Mensagem do Presidente

Há 3 meses fomos confrontados com algo que jamais pensaríamos que nos pudesse acontecer. Um vírus que nos obrigou a olhar para o Mundo de maneira diferente, a olhar uns para os outros e para nós próprios de maneira diferente e, acima de tudo, a olhar para a própria vida de maneira diferente.

Fomos surpreendidos com tão desagradável surpresa que, durante os primeiros momentos, nos foi difícil perceber o rumo que teríamos de seguir dali para a frente.

Mas como eu digo e agora repito, a vida tem esta dualidade. E se, por um lado, não há grandes palavras para descrever o que tem sido o Mundo ultimamente, por outro lado, temos muitas para classificar como o Mundo tem reagido e, sobretudo, como nós o temos feito.

Esta edição especial do Jornal "Águas Livres" e também as minhas palavras não são dedicadas à COVID. São sim dirigidas a todos vós Trabalhadores e Trabalhadoras que asseguram o serviço público de excelência da EPAL e da AdVT e que nos mostram a capacidade que têm tido no sentido de se adaptarem a esta nova realidade e como têm sabido reinventar-se enquanto profissionais, pais, professores, cozinheiros, etc.

Mostra-nos, a todos nós sem exceção, que lidamos com uma insólita situação que nunca pensaríamos viver, mas que estamos a saber, com mais ou menos dificuldades, ser resilientes e enfrentar com coragem o que tem acontecido.

É dedicada às nossas famílias que connosco também estão a adaptar-se. Aos nossos filhos, alguns ainda pequenos para compreenderem com clareza a gravidade destes tempos, outros já com idade para entenderem o que lhes está a ser tirado. É dedicada aos nossos amigos, com quem deixámos de estar como antigamente. Aos nossos colegas que víamos diariamente e com quem convivíamos e que, de um momento para o outro, se tornaram uma cara atrás de um computador.

É justo dizer que em tempos de COVID criámos, fizemos acontecer e alcançámos.

Estamos num setor em que temos nas nossas mãos uma missão que, para além de imprescindível à vida, duplica as nossas responsabilidades e todos vós souberam honrar este compromisso que temos com a comunidade.

Obrigado a todos os Trabalhadores e Trabalhadoras pelo empenho, pela dedicação e pelo profissionalismo.

Não me surpreendeu mas deixou-me, uma vez mais, orgulhoso desta grande equipa de que também faço parte.

**José Manuel Sardinha**

**Presidente do Conselho de Administração da EPAL e da Águas do Vale do Tejo**

## O vírus que mudou as nossas vidas

Nos últimos meses o novo coronavírus tem sido amplamente noticiado. O que é? Como se transmite? Como nos devemos proteger? Os diferentes impactos que tem na sociedade. Os seus números por todo o Mundo. Enfim, não há dia em que não se ouça este nome. Tratando-se esta de uma edição sobre o tema não podíamos deixar de relembrar os momentos mais marcantes, bem como, os comportamentos e medidas que tivemos de introduzir nas nossas vidas.

"AL"

### Os conceitos gerais sobre o vírus

#### O que são coronavírus?

Os coronavírus são uma família de vírus que podem causar infeções nas pessoas. Normalmente estas infeções afetam o sistema respiratório, podendo ser semelhantes à gripe ou evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

#### O que é o novo coronavírus?

O novo coronavírus, designado SARS-CoV-2, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019 na China, na cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido identificado anteriormente em seres humanos. A fonte da infeção é ainda desconhecida.

#### COVID-19 é o mesmo que o SARS-CoV-2?

Não. SARS-CoV-2 é o nome do novo vírus e significa Severe Respiratory Acute Syndrome (Síndrome Respiratória Aguda Grave) - Coronavírus - 2. Existe outro coronavírus que causa uma Síndrome Respiratória Aguda Grave, que foi identificado em 2002, este é chamado "SARS-CoV", por isso o Novo Coronavírus é designado por "SARS-CoV-2".

COVID-19 (Coronavirus Disease) é o nome da doença e significa Doença por Coronavírus 2019, fazendo referência ao ano em que foi descoberta.

#### Quais são os sinais e sintomas?

Os sinais e sintomas da COVID-19 variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomáticos), a sintomas de infeção respiratória aguda ligeiros a moderados:

- Febre ( $T > 38^{\circ}\text{C}$ );
- Tosse;
- Dor de garganta;
- Cansaço;
- Dificuldade respiratória (Falta de ar).

Em casos mais graves pode causar pneumonia grave com insuficiência

respiratória aguda, falência renal e de outros órgãos, e eventual morte. Contudo, a maioria dos casos recupera sem sequelas.

Dados mostram que o agravamento da situação clínica pode ocorrer rapidamente, geralmente durante a segunda semana da doença. Recentemente, foi também verificada perda do olfato e em alguns casos a perda do paladar, como sintoma da COVID-19.

Os sintomas de COVID-19 são semelhantes nas crianças e nos adultos. As crianças mostram, de uma forma geral, sintomas mais ligeiros e parecem registar, em proporção, menos casos de doença.

#### Como se transmite?

A COVID-19 transmite-se pessoa-a-pessoa por contacto próximo com pessoas infetadas pelo SARS-CoV-2 (transmissão direta), ou através do contacto com superfícies e objetos contaminados (transmissão indireta).

A transmissão por contacto próximo ocorre principalmente através de gotículas que contêm partículas virais que são libertadas pelo nariz ou boca de pessoas infetadas, quando tosse ou espirram, e que podem atingir diretamente a boca, nariz e olhos de quem estiver próximo.

As gotículas podem depositar-se nos objetos ou superfícies que rodeiam a pessoa infetada e, desta forma, infetar outras pessoas quando tocam com as mãos nestes objetos ou superfícies, tocando depois nos seus olhos, nariz ou boca.

Existem também evidências sugerindo que a transmissão pode ocorrer de uma pessoa infetada cerca de dois dias antes de manifestar sintomas.

Transmissão comunitária significa que o vírus circula na comunidade sem que seja possível identificar a origem de todas as cadeias de transmissão. 

### As fases de resposta à pandemia

#### Contenção

A primeira fase de resposta após a identificação dos primeiros contágios é a de Contenção, durante a qual o epicentro é identificado fora de Portugal, mas com a possibilidade de transmissão internacional. É também durante esta fase que são identificados casos importados na Europa. Prevê-se que, neste período, o risco de contágio seja baixo, verificando-se a mobilização de meios de resposta para o caso de ser necessário.

#### Contenção Alargada

A segunda fase corresponde à Contenção Alargada, durante a qual se identificam cadeias secundárias de transmissão na Europa e casos importados em Portugal, sem cadeias secundárias. Aqui o nível de risco passa a moderado, exigindo um reforço da resposta e medidas de contenção por parte das autoridades.

#### Fase de Mitigação

Portugal encontra-se na fase de mitigação da COVID-19 por determinação da DGS, envolvendo todo o sistema de saúde, público e privado.

A fase de mitigação é a terceira e a mais grave fase de resposta e é ativada quando há transmissão local, em ambiente fechado, e/ou transmissão comunitária.

A resposta é focada na atenuação dos efeitos da doença e na diminuição da sua propagação, minimizando, nomeadamente a mortalidade associada.

Nesta fase devem reunir-se esforços para atenuar e limitar os efeitos da COVID-19, assim como a sua propagação, com o objetivo de diminuir a taxa de mortalidade. 

### Coronavírus em Portugal

#### Estado de Emergência

No dia 19 de março foi declarado o Estado de Emergência em Portugal, que passou por 3 períodos

Num primeiro período vigorou até ao dia 2 de abril. O segundo período começou imediatamente, no dia 3 do mesmo mês, tendo terminado no dia 17 de abril.

O terceiro e último período entrou em vigor no dia 18 de abril, tendo-se prolongado até 2 de maio.

Foram estas algumas das suas regras:

- Confinamento obrigatório
- Dever especial de proteção
- Dever geral de recolhimento domiciliário
- Teletrabalho

#### Estado de Calamidade

Terminado o Estado de Emergência, no dia 3 de maio, entrou em vigor o Estado de Calamidade.

Com a situação de calamidade, passou a vigorar um "dever cívico de recolhimento domiciliário" para a população em geral, independentemente da idade ou de uma pessoa apresentar fatores de risco, em vez do "dever geral de recolhimento" e do "dever especial de proteção" para determinados grupos, como acontecia no estado de emergência.

O confinamento obrigatório para pessoas doentes com covid-19 e em vigilância ativa mantém-se na situação de calamidade.

Neste novo período da situação de calamidade, passou a ser obrigatório o uso de máscaras em transportes públicos, nos serviços de atendimento ao público, escolas e nos estabelecimentos comerciais e de serviços abertos ao público, mantendo-se as recomendações de higiene das mãos e etiqueta respiratória, assim como de distanciamento físico. 



# covid-19

## Plano de desconfinação

Graças ao esforço dos portugueses, e num contexto de compromisso alargado entre os diferentes órgãos de soberania, foi possível conter a pandemia e garantir a segurança dos portugueses, tornando-se possível proceder ao levantamento gradual das medidas de confinamento com vista a iniciar a fase de recuperação e revitalização da vida em sociedade e da economia.

É, no entanto, fundamental que o levantamento das medidas seja progressivo e gradual, e que os efeitos das medidas na evolução da pandemia sejam sistematicamente avaliados, de forma a retomar-se a atividade económica e a vida em sociedade com a garantia que a pandemia se mantém controlada. 

Covid-19		Plano de desconfinação		
	Data	Medidas	Condições	
Regras Gerais	4/05	Confinamento obrigatório para pessoas doentes e em vigilância ativa Dever cívico de recolhimento domiciliário Proibição de eventos ou ajuntamentos com mais de 10 pessoas Lotação máxima de 5 pessoas/100m2 em espaços fechados Funerais: com a presença de familiares		
	30-31/05	Cerimónias religiosas: celebrações comunitárias de acordo com regras a definir entre DGS e confissões religiosas		
Transportes Públicos	4/05	Lotação de 2/3	Uso obrigatório de máscara/ Higienização e limpeza	
Trabalho	4/05	Exercício profissional continua em regime de teletrabalho, sempre que as funções o permitam		
	1/06	Teletrabalho parcial, com horários desfasados ou equipas em espelho		
Serviços Públicos	4/05	Balcões desconcentrados de atendimento ao público (repartições de finanças, conservatórias, etc.)	Uso obrigatório de máscara / Atendimento por marcação prévia	
	1/06	Lojas de cidadão		
Comércio e restauração	4/05	Comércio local: lojas com porta aberta para a rua até 200m2 Cabeleireiros, manicures e similares Livrarias e comércio automóvel, independentemente da área	- Lojas: Uso obrigatório de máscara / funcionamento a partir das 10h para as lojas que reabrem - Cabeleireiros e similares: Por marcação prévia e condições específicas - Restaurantes: Lotação a 50%, funcionamento até às 23h e condições específicas	
	18/05	Lojas com porta aberta para a rua até 400m2 ou partes de lojas até 400 m2 (ou maiores por decisão da autarquia) Restaurantes, cafés e pastelarias/ Esplanadas		
	1/06	Lojas com área superior a 400m2 ou inseridas em centros comerciais		
Escolas e Equipamentos Sociais	18/05	11º e 12º anos ou 2º e 3º anos de outras ofertas formativas (10h-17h) Equipamentos sociais na área da deficiência Creches (com opção de apoio à família)	Escolas: Uso obrigatório de máscaras (exceto crianças em creches e jardins de infância)	
	1/06	Creches / Pré-escolar / ATLS		
Cultura	4/05	Bibliotecas e arquivos		
	18/05	Museus, monumentos e palácios, galerias de arte e similares		
	1/06	Cinemas, teatros, auditórios, salas de espetáculos	Com lugares marcados, lotação reduzida e distanciamento físico	
Desporto	4/05	Prática de desportos individuais ao ar livre	Sem utilização de balneários nem piscinas	
	30-31/05	Futebol: competições oficiais da 1.ª Liga de Futebol e Taça de Portugal		

**Condições gerais:**  
Disponibilidade no mercado de máscaras e gel desinfetante/ Higienização regular dos espaços/ Lotação máxima reduzida/ Higiene das mãos e etiqueta respiratória / Distanciamento físico (2m).  
Decisões reavaliadas a cada 15 dias.

não paramos  
**ESTAMOS ON**  
covid19estamoson.gov.pt

# COVID-19

## Regras de utilização da máscara



Certifique-se que lava as mãos antes de qualquer procedimento



Coloque o lado correto da máscara voltado para a cara



Colocar a máscara pelos elásticos (ou atilhos)



Ajustar ao rosto, do nariz até abaixo do queixo



A máscara tem de cobrir a boca e o nariz, não deve estar colocada sem os cobrir devidamente



A máscara deve ser substituída por uma nova assim que se encontre húmida



Nunca retire a máscara para espirrar ou tossir



Não toque nos olhos, na cara, ou na máscara



Antes de a remover, lave bem as mãos



Retire a máscara pelos elásticos, sem tocar na sua parte da frente



Coloque-a, imediatamente, no contentor de lixo indiferenciado, sem tocar na parte da frente



Fazer nova higienização das mãos no final do processo

O cumprimento destas recomendações é a melhor forma de minimizar os riscos para todos. Contamos com a sua colaboração. Adote comportamentos responsáveis e conscientes.

# COVID-19

## A EPAL em tempos de COVID

Desde a primeira hora que a EPAL organizou uma série de medidas preventivas de forma a posicionar-se antecipadamente e, assim, minimizar os riscos de contágio e, naturalmente, proteger os seus Trabalhadores, Clientes e outras entidades.

Foi assim que nos organizámos.

"AL"

### Plano de Contingência e seus principais objetivos

A EPAL preparou um Plano de Contingência que é um documento onde está planeada, preventivamente, a atuação perante a pandemia, através de um conjunto de linhas orientadoras.

São elas:

. Preparar a resposta operacional para minimizar as condições de propagação da COVID-19.

. Assegurar a proteção dos/as Trabalhadores/as, Prestadores de Serviços e Visitantes, reduzindo o risco de contaminação nos locais de trabalho e limitando a propagação no interior das instalações da EPAL/Águas do Vale do Tejo.

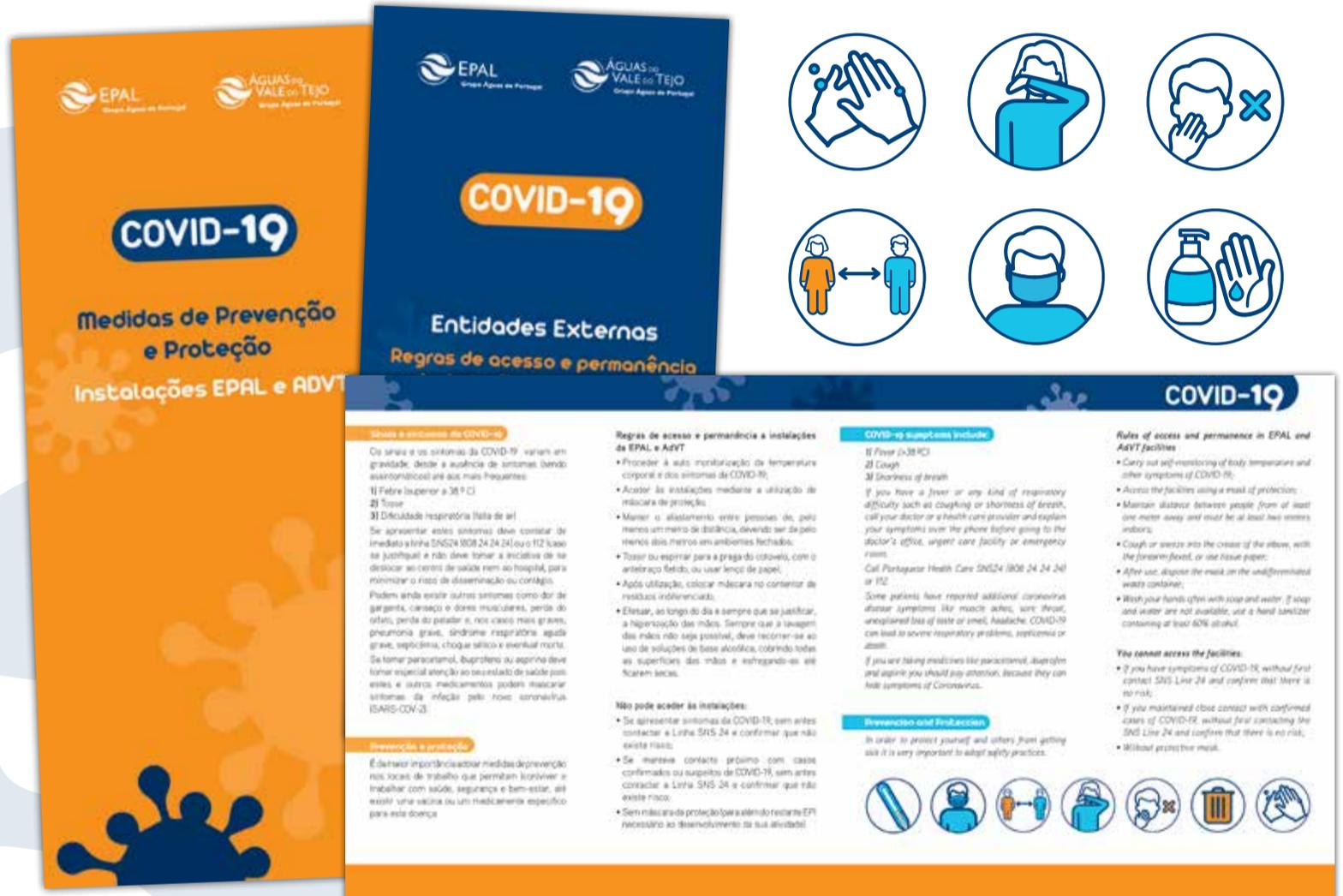
. Assegurar o desempenho das atividades essenciais à continuidade do negócio.

. Definir a estrutura de decisão e de coordenação.

. Preparar um Plano de Comunicação, para o interior e para o exterior da Empresa, que seja percecionado como transparente e robusto.

. Preparar o restabelecimento da atividade normal, assim que possível.

O Gabinete de Gestão da Crise (composto pela Administração e pelos diretores de DOA/DOS, MAN, DSI, DCM, LAB, DCL, CEA, DRH e DSE) reúne-se periodicamente por forma a garantir o cumprimento de todos os procedimentos descritos no Plano de Contingência. 



**COVID-19**  
Medidas de Prevenção e Proteção  
Instalações EPAL e ADVT

**COVID-19**  
Entidades Externas  
Regras de acesso e permanência

**Símbolos e sintomas do COVID-19**  
Os sinais e os sintomas do COVID-19 variam em gravidade, desde a ausência de sintomas (sendo assintomático) até aos mais frequentes:  
1) Febre superior a 38,3 °C  
2) Tosse  
3) Dificuldade respiratória ( falta de ar)  
Se apresentar estes sintomas deve contactar de imediato a linha SNS24 808 24 24 ou o 112, caso se queira ir e não deve tomar a iniciativa de se deslocar ao centro de saúde nem ao hospital, para minimizar o risco de disseminação ou contágio.  
Podem ainda existir outros sintomas como dor de garganta, cansaço e dores musculares, perda do olfato, perda do paladar e, nos casos mais graves, pneumonia grave, síndrome respiratória aguda grave, septicémia, choque séptico e eventual morte. Se tomar paracetamol, ibuprofeno ou aspirina deve tomar especial atenção ao seu estado de saúde pois estes e outros medicamentos podem mascarar sintomas de infeção pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2).

**Prevenção e proteção**  
É de maior importância adoptar medidas de prevenção nos locais de trabalho que permitam preservar o trabalhador com saúde, segurança e bem-estar, até existir uma vacina ou um medicamento específico para esta doença.

**Regras de acesso e permanência a instalações da EPAL e ADVT**  
• Proceder à auto-monitorização da temperatura corporal e dos sintomas do COVID-19;  
• Aceder às instalações mediante a utilização de máscara de proteção;  
• Manter o afastamento entre pessoas de, pelo menos um metro de distância, devendo ser de pelo menos dois metros em ambientes fechados;  
• Tostar ou espirrar para a parte do cotovelo, com o antebraço fletido, ou usar lenço de papel;  
• Após utilização, colocar máscara no exterior de resíduos indiferenciada;  
• Evitar, ao longo do dia e sempre que se justificar, a hipotensão das mãos. Sempre que a lavagem das mãos não seja possível, deve recorrer-se ao uso de soluções de base alcoólica, cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem secas.

**Não pode aceder às instalações:**  
• Se apresentar sintomas do COVID-19, sem antes contactar a Linha SNS 24 e confirmar que não existe risco;  
• Se houver contacto próximo com casos confirmados ou suspeitos de COVID-19, sem antes contactar a Linha SNS 24 e confirmar que não existe risco;  
• Sem máscara de proteção (ou a máscara recente EPI necessário ao desenvolvimento da sua atividade).

**COVID-19 symptoms include:**  
1) Fever (>38°C)  
2) Cough  
3) Shortness of breath  
If you have a fever or any kind of respiratory difficulty such as coughing or shortness of breath, call your doctor or a health care provider and explain your symptoms over the phone before going to the doctor's office, urgent care facility or emergency room.  
Call Portuguese Health Care SNS24 808 24 24 24 or 112.  
Some patients have reported additional coronavirus disease symptoms like muscle aches, sore throat, unexplained loss of taste or smell. Headache, COVID-19 can lead to severe respiratory problems, septicemia or death.  
If you are taking medicines like paracetamol, ibuprofen and aspirin you should pay attention, because they can hide symptoms of Coronavirus.

**Prevention and Protection**  
In order to protect yourself and others from getting sick it is very important to adopt safety practices.

**Rules of access and permanence in EPAL and ADVT facilities:**  
• Carry out self-monitoring of body temperature and other symptoms of COVID-19;  
• Access the facilities using a mask of protection;  
• Maintain distance between people from at least one meter away and must be at least two meters indoors;  
• Cough or sneeze into the crease of the elbow, with the forearm flexed, or use tissue paper;  
• After use, dispose the mask in the undifferentiated waste container;  
• Wash your hands often with soap and water. If soap and water are not available, use a hand sanitizer containing at least 60% alcohol.  
**You cannot access the facilities:**  
• If you have symptoms of COVID-19, without first contact SNS Line 24 and confirm that there is no risk;  
• If you maintained close contact with confirmed cases of COVID-19, without first contacting the SNS Line 24 and confirm that there is no risk;  
• Without protective mask.

### Como a EPAL se posicionou

Numa primeira fase foram implementadas algumas medidas, nomeadamente, no que diz respeito a ajustes nas atividades de atendimento ao público, no funcionamento da Academia das Águas Livres e do Museu da Água.

Enquanto as lojas continuaram abertas e a funcionar, os postos dos Trabalhadores foram equipados com proteções acrílicas.

Também os refeitórios sofreram mudanças no seu normal funcionamento. Houve, logo no início, a preocupação de alargar os horários de funcionamento, bem como, criar turnos para o seu acesso.

A higienização recorrente dos espaços também passou a fazer parte das rotinas.

Mais tarde, a EPAL instituiu formas alternativas de trabalho, incluindo o recurso ao trabalho remoto e à suplência preventiva de algumas equipas.

Foram disponibilizados computadores portáteis e VPN para o trabalho remoto e ainda definidas e divulgadas regras de forma a garantir o distanciamento social dos Trabalhadores das infraestruturas.

Solução alcoólica, máscaras, viseiras foram adquiridos e distribuídos.

As lojas foram encerradas, bem como, todos os serviços que obrigam a contactos com o público. No entanto, a EPAL imediatamente comunicou de forma ativa junto dos seus Clientes, os diferentes canais que têm à disposição para evitar que saíssem da segurança das suas casas. Também informou que não seriam efetuados cortes de água e todos os impactos decorrentes destas mudanças, seriam minimizados.

Trabalhadores de algumas equipas foram colocados em regime de prontidão operacional, para assim aumentar a resiliência das atividades da Empresa perante eventuais eventos. 



# covid-19

## Recuperar a normalidade

Depois do levantamento do estado de emergência, chega a altura de recuperarmos algumas atividades da nossa vida e voltarmos à normalidade possível, sempre atentos e conscientes de forma a garantirmos a nossa segurança e a dos outros.

Chegou o momento de regressarmos ao nosso ambiente de trabalho, às nossas atividades diárias e é elementar que o façamos em segurança, para que não ponhamos em risco os desenvolvimentos entretanto alcançados.

Embora se trate de um avanço que muito nos satisfaz por nos devolver alguma da nossa liberdade, a verdade é que o vírus continua ativo, pelo que

as medidas de segurança continuam a ser asseguradas pela Empresa, sendo imperativo que cada um de nós faça a sua parte, continuando também a reforçar os cuidados com a saúde.

No entanto, o regresso foi gradual. Foi retomado o trabalho presencial mas não se abandona, até ser seguro, o trabalho remoto.

Alguns espaços museológicos do Museu da Água da EPAL também voltaram a abrir.

Os refeitórios e bares têm novas regras. É importante que se cumpram, bem como os turnos que foram criados e a capacidade estabelecida para cada espaço. **AL**

## INDICAÇÃO DOS TURNOS

1º Turno – 12h às 12:30h

2º Turno – 12:40h às 13:10h

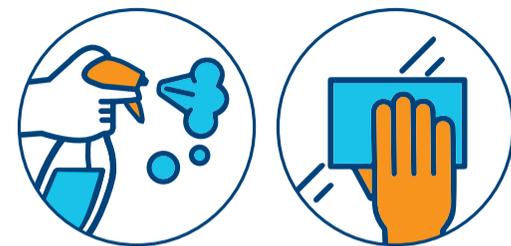
3º Turno – 13:20h às 13:50h

4º Turno – 14:00h às 14:30h

Foi também reforçado o plano de limpeza e higienização das instalações efetuada pelas equipas de limpeza, que tem sido adaptado às exigências e necessidades identificadas.

Por enquanto, as lojas da EPAL continuam encerradas, funcionando apenas e, em alguns casos, por marcação.

Relembramos que a EPAL tem disponível um conjunto de serviços que facilitam a vida dos seus Consumidores, permitindo que tratem dos seus assuntos, sem haver necessidade de se deslocarem fisicamente aos locais. **AL**



## A importância das medidas de prevenção e proteção

Já não é novidade para ninguém o peso das medidas de prevenção e proteção no combate à pandemia. No entanto, pela importância de que se revestem, nunca é demais relembrá-las, já que são elas as principais responsáveis para que todos fiquemos em segurança e mais distantes dos perigos da COVID-19.

Nesta edição usámos, pela primeira vez, separadores entre temas. Estes separadores mostram-nos as diferentes medidas e regras que todos devemos ter em atenção.

Os posters estão afixados por toda a Empresa e todos os Trabalhadores receberam ainda um folheto mais desenvolvido sobre as medidas de prevenção e proteção.

Também foram entregues folhetos às entidades externas para que, também elas, estejam na posse e tenham conhecimento das regras e medidas da Empresa.

É assim que cuidamos de nós e, conseqüentemente, cuidamos dos outros.

Reforçamos algumas:

- 1) Lavar frequentemente as mãos, ainda que usem luvas;
- 2) Respeitar as medidas de etiqueta respiratória;
- 3) Colocar a máscara à entrada das instalações, assim como utilizar a mesma durante todo o período de trabalho, nos espaços partilhados das infraestruturas da Empresa, inclusivamente nos espaços exteriores;
- 4) Manter o distanciamento social;
- 5) Efetuar a auto monitorização de sintomas da COVID-19 através da medição da temperatura corporal;

6) Registrar os contactos. É importante que, durante o período laboral, registem os contactos que mantiveram nos últimos 14 dias, mesmo os casuais, com outros Trabalhadores e entidades externas;

7) Contribuir para a higienização do seu posto de trabalho;

8) Evitar, sempre que possível, a realização de reuniões presenciais, optando-se por reuniões virtuais/videoconferências, recorrendo às ferramentas disponibilizadas como o Microsoft Teams e o Lync;

9) Cumprimento das regras de acesso, circulação e permanência nos espaços;

10) Cumprimento com a sinalética afixada;

11) Informação à Medicina no Trabalho e chefia na identificação de sintomas, no contacto com doente por COVID-19 ou em caso de infeção.

Vejam as vezes que forem precisas e interiorizem quer as medidas, quer a necessidade de as cumprirmos. **AL**



# COVID-19

## Lavagem das mãos Água e Sabão



Certifique-se que demora, não menos do que 20 segundos, a lavar as mãos



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente de modo a cobrir toda a superfície das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma, com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo, rotativamente, entrelaçado na palma direita e vice-versa



Esfregue, rotativamente, para trás e para a frente, os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice-versa



O cumprimento destas recomendações é a melhor forma de minimizar os riscos para todos.  
Contamos com a sua colaboração. Adote comportamentos responsáveis e conscientes.

## Como as diferentes áreas se organizaram em tempos de COVID

Ao chegarmos a esta página, já se percebeu bem que a EPAL e a AdVT passaram por grandes mudanças nos últimos meses. Foi necessário um grande esforço de todos os Trabalhadores para que, em momento algum, se deixasse que a epidemia prejudicasse ou afetasse negativamente a missão das Empresas.

É um orgulho perceber que todos responderam a este desafio, possivelmente o maior das suas vidas profissionais, com muito empenho, resiliência, espírito de equipa e grande profissionalismo.

Têm nas suas mãos uma das tarefas mais poderosas e dignificantes. Levar água com qualidade e quantidade a milhões de pessoas também elas a passarem por várias dificuldades e que não podem nem devem nunca ser sobrecarregadas com mais problemas.

Saiba como cada área enfrentou tão grande mudança.

### Alexandra Cristóvão Diretora DSE - Direção Sustentabilidade Empresarial

Não há dúvidas que todos os serviços da EPAL e AdVT tiveram de posicionar-se devido à questão COVID-19.

O trabalho remoto, que obrigou a juntar toda a bagagem do trabalho à bagagem de tantos outros afazeres que também ficaram suspensos, o trabalho presencial que se viu obrigado a adotar fortes medidas de proteção e prevenção, as grandes mudanças que foram implementadas de forma a que a atividade continuasse sem perturbações. Enfim, apesar das tantas alterações, de tantas novidades e desafios na forma de trabalhar, todos são unânimes ao afirmar que têm sabido adaptar-se a esta nova realidade.

A DSE – Direção de Sustentabilidade Empresarial, para além do normal funcionamento das suas atividades diárias, tem a responsabilidade de gerir todo o processo relacionado com a COVID-19, ou seja, coordenar o gabinete de gestão da crise, preparar e partilhar documentação sobre o tema e, acima de tudo, tentar estar sempre um passo à frente dos acontecimentos, de forma a prevenir e minimizar efeitos que venham a revelar-se nefastos para a empresa e seus/suas trabalhadores/as.

Neste âmbito, os resultados do trabalho desenvolvido são fruto do trabalho das diversas direções e da administração, tendo em consideração a natureza das medidas a implementar e as especificidades de cada área que, são muitas e bastante diversas.

Logo que as primeiras notícias sobre a COVID-19 em Portugal chegaram e se percebeu do forte impacto que a pandemia teria nas vidas de cada um de nós, quer no lado pessoal, quer no profissional, começámos a preparar um Plano de Contingência que é, resumidamente, um documento onde está planeada, preventivamente, a atuação perante a pandemia, através de um conjunto de linhas orientadoras. São seus principais objetivos:

- Preparar a resposta operacional para minimizar as condições de propagação da COVID-19;
- Assegurar a proteção dos/as Trabalhadores/as, Prestadores de Serviços e Visitantes, reduzindo o risco de contaminação nos locais de trabalho e limitando a propagação no interior das instalações da EPAL/ Águas do Vale do Tejo;
- Assegurar o desempenho das atividades essenciais à continuidade do negócio;
- Definir a estrutura de decisão e de coordenação;
- Preparar um Plano de Comunicação, para o interior e para o exterior da Empresa, que seja percecionado como transparente e robusto;
- Preparar o restabelecimento da atividade normal, assim que possível.

A DSE tem também elaborado e partilhado outro tipo de suportes ou documentação, nomeadamente, as medidas de prevenção e proteção, a criação de uma área COVID-19 na intranet onde disponibiliza informação e documentação relacionada com a atual situação, que pode e deve ser consultada. Para base desta recolha, procedemos diariamente à análise de informação técnica emitida pelas principais entidades, nacionais e internacionais, envolvidas neste âmbito.

À semelhança do que já sucedia, a DSE define requisitos e valida especificações para a aquisição de equipamentos de proteção individual e coletiva a serem usados pelos/as trabalhadores/as nesta altura de pandemia.

O contacto e a partilha de experiência com as forças de Segurança e outros fornecedores de serviços essenciais, para além das restantes empresas do grupo Águas de Portugal, tem permitido manter o necessário conhecimento do que são as boas práticas nas entidades em que, como nós, é essencial a continuidade do negócio.

A DSE promoveu, recentemente, um Webinar que pretendeu

esclarecer todas as questões relacionadas com a COVID, tendo sido convidados a participar os Trabalhadores das EPAL e da VT que se mostraram bastante interessados na matéria, tendo até feito chegar algumas questões no sentido de esclarecerem algumas dúvidas.

Começou-se com uma explicação da doença, quais os seus principais sinais e sintomas, formas de transmissão, etc. Foi apresentado o caso específico de Portugal e como o País tem respondido à pandemia. Foram partilhadas as informações mais relevantes do Plano de Contingência, bem como, as medidas de prevenção e proteção, nomeadamente, uso de equipamentos de proteção individual, higienização de diferentes espaços, materiais e superfícies, distanciamento social, auto monitorização de sintomas, as regras para entidades externas, quer no acesso às instalações da EPAL e da AdVT, quer em contexto do fornecimento de bens, serviços e empreitadas, assim como as linhas de apoio disponíveis aos/as trabalhadores/as.

Importante referir a dinâmica do trabalho já que tudo é revisto sempre que surjam novas informações e orientações do governo e de entidades competentes ou nova legislação aplicável, relacionadas com as medidas preventivas e de minimização dos riscos de transmissão do Coronavírus SARS-CoV-2. Tem sido, portanto, um trabalho que requer grande atenção a todos os desenvolvimentos que vão surgindo, um trabalho que obriga a nunca parar, nem deixar nada por dizer e por esclarecer.

É no respeito pelas medidas que está o sucesso e a possibilidade de ultrapassar este verdadeiro dilema e, é por isso, da maior importância que, em primeiro lugar todos estejam na posse de toda a informação, que todos a entendam e, finalmente, que todos a sigam.

Apesar de parte das atividades da DSE terem sido impactadas pelo necessário distanciamento social (quer ao nível de prestações de serviços não críticas quer no que concerne ao desenvolvimento de projetos diversos com as restantes direções da empresa), as atribuições essenciais ao nível da Segurança no Trabalho, da Segurança Física das Infraestruturas, Gestão de Resíduos, entre outras, permaneceram inalteradas.

### Ana Margarida Luís Diretora DGA - Direção Gestão de Ativos

Foi com grande contentamento que vi como a equipa da DGA se adaptou tão bem à situação de contingência. Foi também com muito agrado que registei o elevado número de pessoas da DGA que, face às suas valências, se disponibilizaram para serem “suplentes” de elementos de outras direções, caso estes viessem a ficar impossibilitados de trabalhar (felizmente, até à data, não chegou a ser necessário).

As equipas mais operacionais da DGA (Inspeções, Detecção de Fugas) nunca deixaram de prestar trabalho de campo, mesmo durante a fase de confinamento; a equipa oficial ficou em suplência preventiva, mas foi a primeira a voltar ao trabalho presencial; as restantes equipas exerceram o seu trabalho em modo remoto, de forma exemplar.

A minha leitura do trabalho remoto é que o mesmo se pode revelar muito produtivo, mais até do que o presencial. Mas faz falta a presença física entre colegas, havendo uma parte muito significativa da comunicação que se perde.

### Anita Bento Ferreira Diretora PCG - Direção Planeamento Controlo de Gestão

Quando o teletrabalho passou a ser uma opção de gestão dos recursos humanos para responder à Covid-19, reorganizámos e passámos a trabalhar todos dessa forma. A nossa área de trabalho assenta muito na partilha e análise de informação.

Para que o teletrabalho funcionasse em PCG eram necessários dois requisitos:

Um de organização interna do Gabinete: todos os ficheiros de trabalho tinham de estar disponíveis na área dos ficheiros partilhados. Só assim toda a equipa teria acesso ao que necessitava para desenvolver o seu trabalho.

Outro de cariz tecnológico: ter acesso remoto a todos os sistemas que normalmente utilizamos.

Correu muito bem. PCG tem todos os ficheiros partilhados e os sistemas funcionam muito bem remotamente, pelo que o teletrabalho tornou-se uma agradável surpresa.

Também as ferramentas de suporte à comunicação e partilha foram uma nova aprendizagem para nós.

Assim, creio que correu muito bem e pode no futuro corresponder a uma nova mudança na forma de trabalhar.

### Bruno Cortes Lopes Diretor JUR - Direção Jurídico-Legal

Apesar de toda a apreensão sentida pelo súbito e avassalador desenvolvimento da doença Covid-19 em Portugal, que afetou de forma marcante as nossas vidas pessoais e profissionais em tão curto espaço de tempo, solicitou-se, quase do dia para a noite, à equipa de JUR que trocasse os seus Gabinetes na sede e em Castelo-Branco, pelas respetivas salas (ou afins) no lar de cada um.

Ultrapassada a primeira semana, em que essencialmente se assegurou a finalização das informações, tarefas e prazos em curso, foi possível assegurar que todos os Colegas tinham os meios e as ferramentas digitais adequadas ao teletrabalho.

Algumas adaptações foram, no imediato, implementadas. Por um lado, a Empresa deixou de proceder à assinatura manual ou autógrafa de contratos, migrando para a assinatura digital geral. Para esse efeito, foi necessário adaptar o fluxo da informação interna e, naturalmente, obter o acordo de todos os envolvidos. Por outro lado, ainda antes do acesso generalizado a ferramentas de teleconferência por parte da Empresa, iniciaram-se reuniões entre Colegas e de toda a Direção, através do agora mundialmente famoso Zoom.

Cumprindo com tarefas domésticas exigentes, confinados no espaço e no tempo entre atividades e ainda preenchendo a vaga deixada pela ausência da escola na vida dos filhos, tem sido com superação, espírito de equipa e, por que não dizê-lo, com heroicidade, que tenho verificado com orgulho que nada ficou por fazer da missão de JUR nestes difíceis tempos em que, quase inexplicavelmente, nos vimos mergulhados.

### Francisco Fialho Serranito Diretor DOA - Direção de Operações de Abastecimen Água

Na área de Operações da EPAL e da Águas do Vale do Tejo foram mantidos todos os serviços essenciais, tendo sido assegurada a continuidade do abastecimento de água e do tratamento de águas residuais sem perturbações para o serviço, quer em termos de quantidade quer de qualidade.

Para o efeito, foram efetuados ajustes ao nível da organização funcional das equipas operacionais, de forma a permitir, sempre que possível, a existência de Trabalhadores em regime de suplência preventiva, situação que incluiu a redução do número de técnicos a atuar, em simultâneo, no terreno. Este ajuste, embora tenha implicado o alargamento da frequência temporal de algumas rotinas operacionais

# COVID-19

e/ou a não realização de algumas tarefas não essenciais, foi idealizado de forma a garantir que as tarefas fundamentais associadas à Operação da EPAL e da AdVT continuassem a ser realizadas.

Os técnicos de supervisão de equipas, suporte técnico e técnico/administrativo foram colocados genericamente em regime de teletrabalho ou em regime misto, ou seja, exercendo a sua atividade maioritariamente a partir de casa, mas mantendo deslocações às instalações operacionais, sempre que tal se justificasse.

Em termos da qualidade da água, procedeu-se aos necessários ajustamentos ao nível das etapas de desinfecção, envolvendo o aumento progressivo dos teores de cloro, de forma a assegurar a existência, nos pontos de consumo e de entrega, de uma barreira sanitária adequada ao contexto de pandemia.

Na atividade de saneamento foram desenvolvidos todos os esforços no sentido de limitar a afetação dos habituais padrões de serviço dos diversos sistemas, tendo sido reforçado o funcionamento das etapas de desinfecção (nos casos aplicáveis) com o intuito de criar uma barreira sanitária e, assim, evitar potenciais impactos desconhecidos para o ambiente e para a saúde pública.

Desde o final do mês de abril que começámos a preparar um plano para o período de retoma, a colocar em prática a partir do mês de maio e, principalmente, em junho. Apesar de se continuar a dar prioridade ao teletrabalho, foi também planeado o regresso, de forma progressiva e controlada, dos Trabalhadores aos seus locais habituais de trabalho, procurando sempre evitar/reduzir a presença simultânea de Trabalhadores nos mesmos espaços de trabalho (salas, viaturas, galerias, etc.).

## Joaquim Sereno Diretor DCL - Direção Compras e Logística

Estávamos impávidos e serenos a assistir, através dos media, ao desenlace do que estava a acontecer do outro lado do planeta, na cidade de Wuhan. Algo não batia certo, aparecem umas centenas de infetados e umas dezenas de vítimas mortais por um vírus desconhecido e as autoridades decidem isolar uma cidade com 11 milhões de habitantes do resto da China e é decretado o recolher obrigatório. A engenharia chinesa mostra toda a sua capacidade de organização e intervenção ao contruir, do nada, dois hospitais, cada um em 10 dias para receberem 1000 e 1300 doentes acamados.

SARS-CoV-2 é o vírus responsável por estes casos, da família dos Coronavírus, e que provoca a nova doença a COVI-19. Vão surgindo vários casos pontuais pela Ásia, América do Norte e Europa. Estávamos em fevereiro deste ano e a doença é comparada a uma gripe normal. De repente instala-se o caos no norte de Itália. A classe médica italiana desesperada alerta o mundo. Estamos perante algo novo para o qual os sistemas de saúde não estão preparados.

Temos de fazer alguma coisa, mais dia menos dia, bate-nos à porta. Na DCL tínhamos dois objetivos fundamentais, proteger as equipas e garantir o funcionamento da direção e consequentemente o apoio a todas as direções. Havia que antecipar os riscos e as dificuldades que poderiam ocorrer.

Na proteção das equipas houve que avaliar quem podia exercer as suas funções a partir de casa sem quebra de produtividade. Feito o plano, a DSI teve um papel importantíssimo ao criar atempadamente condições para que cada um pudesse continuar a trabalhar à distância. De realçar a responsabilidade demonstrada por cada elemento das equipas em manter elevados níveis de resposta às tarefas que lhes estavam cometidas.

Os restantes colaboradores da DCL, apesar da vontade de ficarem em casa, protegendo-se a si e à sua família do que para aí vinha, mantiveram-se nas instalações, ou aí se deslocaram sempre que necessário, demonstrando elevado espírito de missão.

Tudo ou quase tudo mudou, para além da atividade normal, distribuíram-se centenas de telemóveis, alteraram-se plafonds, reafetaram-se viaturas de umas direções para outras, cancelaram-se dezenas de viagens e estadias, alteraram-se os programas de limpeza de todos os prestadores de serviço, ora com reforço, ora com redução e alteração de horários, intervenções de higienização e desinfecção com equipas preparadas para o efeito, reforçaram-se stocks e estabeleceram-se contactos com os fornecedores de reagentes e materiais críticos por forma a garantir a existência de planos que assegurassem o abastecimento durante o Estado de Emergência e Calamidade.

Talvez o mais desafiante tenha sido a aquisição e distribuição de material de proteção “COVID-19”, leia-se máscaras descartáveis, gel desinfetante, luvas descartáveis, alguns EPIs e EPCs. Logo no início choveram pedidos de máscaras e luvas, em quantidades nunca vistas. A gestão de stocks não estava preparada para tal pico e o mercado estava rarefeito destes materiais. Os fornecedores prometiam, mas as datas de entrega não eram cumpridas. A estratégia passou por diversificar pedidos por vários fornecedores até conseguirmos estabilizar em redor daqueles que nos asseguravam entregas periódicas. A distribuição foi complexa, era necessário garantir a proteção de todos, havendo

que distinguir a necessidade de EPIs para as funções que cada um desempenha na Empresa e o material para proteção COVID-19. Aqui contámos com o apoio da DSE na identificação dos EPIs por função e respetivas quantidades.

Promovemos a distribuição semanal do material de proteção COVID-19, com entregas no armazém dos Olivais para as direções da EPAL e deslocações aos polos da AdVT através de colegas da DCL e da CEA.

Nesta fase consideramos a situação controlada, estando cada um de nós mais consciente dos cuidados que deve ter, auto protegendo-se e evitando riscos para terceiros. De realçar que só foi possível aqui chegarmos sem percalços de maior, porque tivemos o apoio de muitos colegas de várias direções, que, acima de tudo, têm sentido de responsabilidade e defendem esta grande família que é a EPAL/AdVT.

## José Eduardo Fialho Diretor ENG - Direção de Engenharia

Da parte da ENG, verificou-se que foi possível manter alguma operacionalidade no terreno, mantendo em execução algumas empreitadas, sobretudo em Lisboa, mas muitas outras foram suspensas e estão a recomençar, adotando as medidas de segurança necessárias para o efeito. A vertente de estudos e projetos adaptou-se com mais facilidade após um primeiro impacto, investindo na preparação de elementos e outras atividades suscetíveis de serem feitas remotamente.

Todos os elementos de ENG se mantiveram ativos e funcionais, reformulando as suas rotinas e investindo nas atividades suscetíveis de serem realizadas sem deslocações ao terreno, como sendo elaboração e acompanhamento de estudos e projetos, preparação de concursos, análise de propostas e restante tramitação processual, reporte e controlo, etc.

## Marcos Faria Miguel Diretor DAF - Direção Administrativa e Financeira

A Direção Administrativa e Financeira, assim como a Direção de Contabilidade, funcionaram durante este período essencialmente em regime de trabalho remoto, sem quaisquer constrangimentos ou diminuição da qualidade de serviço. Para tal releva-se a importância das medidas de desmaterialização e descentralização levadas a cabo em 2017, as quais permitiram que estas direções pudessem executar a quase globalidade das suas obrigações à distância, sem qualquer perda de eficácia e produtividade. A capacidade de adaptação dos Trabalhadores destas direções, que importa registar e assinalar, foi fundamental para a normal continuidade dos trabalhos, verificando-se uma rápida e total adaptação a um novo funcionamento das rotinas de trabalho.

Importa salientar o facto da EPAL ter antecipado uma medida, antes ainda da instauração do 1.º Estado de Emergência pelo Senhor Presidente da República, e que foi adotada pela generalidade das grandes empresas do País, que passou por proceder à antecipação imediata dos pagamentos a todos os nossos fornecedores (embora sempre após a obrigatória validação técnica dos serviços da Empresa), tendo como objetivo principal contribuir para que as empresas nossas parceiras pudessem continuar a prossecução da sua atividade dentro da normalidade possível.

Salientando que a leitura dos números seguintes não deva ser feita de forma literal, pois existem naturalmente situações que não decorrem da medida implementada, verificou-se ainda assim que, durante os meses de março e abril de 2020, a EPAL intensificou o seu nível de pagamentos aos habituais fornecedores de exploração em cerca de 25% face aos valores médios mensais pagos durante o ano de 2019, e de cerca de 15% face ao período homólogo (março e abril de 2019). Já no que respeita à AdVT, registou-se uma variação em março e abril de 2020 de cerca de 54% face à média de 2019, e de cerca de 39% face aos meses homólogos de 2019. Regista-se assim que o conjunto das duas Empresas que gerimos procederam durante este período a volume de pagamentos, aos nossos habituais fornecedores, de mais de 24 milhões de euros, registando um aumento face à média do ano transato em cerca de 7 milhões de euros.

## Marcos Sá Rodrigues Diretor CEA - Direção de Comunicação e Educação Ambiental

A Direção de Comunicação e Educação Ambiental funcionou essencialmente em regime de trabalho remoto, mantendo a sua missão de comunicação e reforçando estrategicamente, neste período, a comunicação e marketing com os Clientes, a comunicação interna, a comunicação externa junto dos OCS, e a aposta nas plataformas digitais e redes sociais, tendo em vista cumprir no imediato as necessidades identificadas por consequência da pandemia.

A capacidade de adaptação dos Trabalhadores desta direção foi fundamental para a normal continuidade do trabalho verificando-se uma total adaptação às novas rotinas de trabalho. Todas as semanas foram realizadas reuniões de direção com toda a equipa, através do Teams, no sentido de partilhar informação e preparar o lançamento de diversas iniciativas e fazer ponto de situação dos desenvolvimentos dos diversos projetos. E as equipas destinadas a cada um dos projetos desenvolveram, em permanente comunicação e trabalho de equipa, a concretização de cada uma das iniciativas. Neste âmbito foram lançadas diversas campanhas para realçar o trabalho no terreno da Empresa no contexto da pandemia, campanhas de publicidade nos meios de comunicação social, promoção do uso eficiente da água, divulgação dos nossos serviços cómodos e produtos, informações úteis junto dos nossos Clientes, preparação e divulgação de vários comunicados junto dos órgãos de comunicação social para informar as principais alterações aos nossos serviços e partilha de informação interna relevante junto dos nossos Trabalhadores. Este trabalho foi feito tirando partido das tecnologias e meios digitais, que assumiram, agora, um destaque sem precedentes. No âmbito da educação ambiental definiu-se uma nova estratégia para abordagem o início do próximo ano letivo, produzindo novos conteúdos vídeo que irão reforçar a dinâmica das sessões virtuais que se pretendem realizar com escolas e alunos, através do Teams/Zoom. Neste momento estamos a repensar e refletir novas abordagens e objetivos para a nossa direção, pois nos próximos tempos a realização de eventos públicos da nossa Empresa estarão extremamente condicionados, limitando assim uma das principais estratégias para o posicionamento da nossa marca. Este trabalho também está a contemplar as sugestões das entidades com as quais temos vindo a cimentar parcerias, tendo em perspetiva adequar meios e conteúdos aos diversos públicos num contexto que é novo para todos.

## Maria Clara Batista Diretora DRH - Direção de Recursos Humanos

No âmbito da Pandemia a Direção de Recursos Humanos adaptou-se e reorganizou-se aos novos tempos de confinamento, com áreas a funcionarem sem qualquer perturbação remotamente, depois de assegurados os meios de apoio tecnológicos para o desenvolvimento da atividade, prontamente disponibilizados pela DSI para os Trabalhadores que não tinham ainda as condições.

A lição que fica deste período que estamos ainda a viver, agora em fase de desconfinamento gradual e cauteloso, num processo de avaliação permanente é, como sabiamente diz o provérbio popular “a necessidade faz o engenheiro” transformando as dificuldades em oportunidades de desenvolvimento e modernização, o que se verificou um pouco por todo o lado.

Realço, como pontos benéficos e de sucesso transversal a toda a Empresa a aplicação TEAMS que possibilitou um contacto mais próximo com colegas, quer da direção, quer com os restantes colegas, atenuando os efeitos negativos do isolamento social, tornando-se uma ferramenta indispensável agora e no futuro, contribuindo de forma decisiva para novas formas de organização do trabalho.

Outras áreas da DRH como a Academia das Águas Livres (AAL), teve que suspender a atividade formativa, uma vez que a mesma decorria em formato presencial.

No entanto, decorrente da reorganização que a Empresa foi forçada a implementar e num esforço conjunto da AAL com as entidades parceiras, foi possível repor parcialmente, a atividade formativa em formato on-line, assegurando a continuidade, respeitando o calendário letivo, da Pós-Graduação e do Curso Avançado Persa.

A transformação da Empresa, bem como a adaptação dos Trabalhadores aos novos meios tecnológicos, permitiram à AAL encarar este momento de afastamento social, como uma oportunidade de inovação e dinamização dos meios de comunicação da oferta formativa, através do ensino à distancia, que se pretende manter no futuro e não como uma solução de curto prazo, apenas como resposta para o período Covid 19.

Também a área de Medicina do Trabalho (SMT) para fazer face à atual situação de pandemia da COVID-19, desde o início reorganizou os serviços de medicina do trabalho, seguro de acidentes de trabalho, seguro de saúde e refeitórios, tendo vindo a adotar as diversas medidas preventivas e de mitigação do risco por forma a dar resposta às consequentes necessidades no âmbito da proteção, segurança e saúde dos Trabalhadores, quer os que se encontram em serviço presencial na Empresa, quer os Trabalhadores que se encontram em prestação de serviços remotamente.

Mesmo com todas as limitações impostas para a manutenção dos serviços de Medicina do Trabalho e sempre seguindo o preconizado pela DGS, a equipa de SMT tem de forma célere conseguido dar resposta em todas as vertentes às situações que diariamente são apresentadas. Apesar de uma redução significativa da atividade programada, nomeadamente a suspensão excepcional dos exames periódicos de saúde

de, mantiveram-se em funcionamento as consultas de Medicina de Trabalho ocasionais urgentes de forma presencial. Houve sempre um acompanhamento muito próximo e atento às situações de suspeita de COVID. Muitos dos serviços foram assegurados remotamente, nomeadamente, as prescrições de receitas e exames, o tratamento de acidentes de trabalho, o tratamento e gestão do seguro de saúde.

Estiveram ainda disponíveis o serviço de envio de medicamentos ao domicílio sem custos de entrega, disponível 24h por dia, bem como, as consultas de psicologia.

Nos serviços de refeitórios e bares foram introduzidas várias medidas de apoio aos Trabalhadores em regime presencial, assim como, foram adotadas alterações ao serviço por forma a garantir a segurança e proteção dos Trabalhadores na utilização dos espaços, nomeadamente, a criação de quatro turnos de período de almoço, formação específica para as trabalhadoras da EUREST no âmbito da COVID-19, relativa a utilização de EPI'S, limpeza e desinfeção de espaços, tendo sido também estabelecido novo Plano de Higienização com reforço extra de higiene e desinfeção dos espaços. Foi ainda alargada a utilização dos serviços de refeitórios a todos os Prestadores de Serviços independentemente do vínculo contratual com a Empresa.

Aquando do encerramento de bares e refeitórios, introduziu-se o take away no sentido de garantir refeições completas e ceias a todos os Trabalhadores em trabalho presencial por turnos, noites, fim-de-semana e feriados

Para dar resposta à mitigação do vírus nos refeitórios e bares da Empresa, foram adotadas todas as medidas/recomendações preconizadas pela DGS.

Como nota final penso que a Empresa nestes momentos que vivemos quase distópicos, conhecidos apenas como cenários de ficção, soube organizar-se de forma exemplar e está a acompanhar e a cuidar dos seus Trabalhadores com preocupação, de forma estruturada, num período de dificuldades e incertezas, o que nos transmite grande confiança no futuro, no regresso e reencontro com todos, na nossa Empresa.

## **Maria Virgínia Boto** Diretora DCM - Direção Comercial

A grave situação epidemiológica que atravessamos provocada pela COVID 19 impôs-nos um desafio sem precedentes.

Num contexto de tanta imprevisibilidade, a EPAL/AdVT manteve-se na linha da frente, assegurando uma resposta efetiva e estruturada, no sentido de minimizar o impacto da sua missão de garantir a disponibilidade permanente de água e o tratamento e a gestão contínua das águas residuais e respetivas descargas, enquanto serviços essenciais, e um dos principais aliados da saúde pública.

A imposição do isolamento social como medida de combate à pandemia, determinou uma rápida adaptação da organização do trabalho e da gestão dos recursos humanos e a alterações significativas no atendimento aos Clientes.

Com exceção dos cortes de abastecimento e das leituras que foram suspensas (as leituras foram retomadas a 4 de maio) todas as atividades da Direção Comercial foram garantidas, com sucesso, maioritariamente em regime de trabalho remoto.

Em termos do serviço prestado ao Cliente, a EPAL implementou um conjunto de medidas temporárias:

- O atendimento presencial dos Clientes passou a ser feito exclusivamente por marcação na loja da Sede, onde foram instaladas proteções de acrílico em cada posto de trabalho, e distribuídas os respetivos EPI's;
- Relativamente ao contact center foram criadas zonas de trabalho alternativas, permitindo a separação/distanciamento dos postos de cada atendedor. Procedemos ainda ao reforço do número de atendedores para compensar o encerramento das lojas, destacando Trabalhadores do atendimento presencial para o contact center que passaram a exercer a esta atividade em trabalho remoto, com a aquisição de equipamentos necessários para o efeito;
- Efetuamos também campanhas de divulgação a todos os Clientes das medidas tomadas, designadamente a suspensão dos cortes de abastecimento assim como um regime excepcional e temporário dos métodos de pagamento das faturas, com vista a minimizar o impacto económico nas famílias.
- O apoio ao Cliente no local de consumo foi também mantido por agendamento.

Gerir à distância com eficiência, num contexto complexo e com um alto grau de incerteza, tem sido um grande desafio. Foi necessário desenvolver uma estratégia de comunicação diária com as equipas, para superar os constrangimentos decorrentes desta mudança de quotidiano, reforçando a confiança no trabalho desenvolvido, procurando obter feedback das suas necessidades, incentivando à emergência de novas ideias e à melhoria da atividade, e acima de tudo dando nota da importância do trabalho de cada um, na superação desta crise.

## **Mariana Castro Henriques** Diretora MDA - Direção do Museu da Água

Em meados de março, todos os espaços do Museu da Água foram obrigados a encerrar em virtude da presença inequívoca de um vírus, SARS-CoV-2, responsável pela disseminação de uma pandemia global, que tanto nos afeta, que tanto nos limita e que tanto nos afasta daquilo que, diariamente, fazemos.

A sociedade agiu em prol do bem comum e limitou as ações da grande maioria de cidadãos para proteger os mais frágeis, para permitir maior segurança laboral àqueles que garantem os serviços essenciais e para proteger um sistema nacional de saúde que não pode, em circunstância alguma, colapsar. Foi-nos pedido que nos isolássemos em casa e que continuássemos a trabalhar num outro cenário, com atores e figurinos diferentes, com um guião que nos remete para um convívio laboral virtual, inundado de um léxico informático e realizado, na maior parte das vezes, em ciberespaço, mais ou menos desconhecido.

As decisões passaram a ser tomadas por conference-call. Os conteúdos digitais, a compressão de ficheiros e a conectividade são fatores revistos vezes sem conta. As sessões remotas, as bases de dados, as páginas web e as redes sociais estão em cada esquina. A equipa reúne através de um ecrã, falam para microfones, surgem novas ideias, analisa-se cada questão, organizam-se as “saídas de campo”, que incluem o trabalho presencial do Centro de Documentação Histórica e Técnica, onde a consulta urgente de documentação tem que ser presencial, organizam-se os projetos, e trabalha-se incansavelmente para, remotamente, alcançar mais “visitantes” e veicular mais informação.

Um museu é um local de fruição e aprendizagem que vive da presença das pessoas. Note-se que todos os espaços e todos os conteúdos são projetados e produzidos para o público. E quando não há público? Foi precisamente esta a situação sucedida. Os visitantes deixaram de poder visitar o Museu da Água: grandes, pequenos, curiosos, eruditos, alunos, professores, portugueses, estrangeiros. As portas fecharam-se, as luzes apagaram-se e o público desapareceu. Todas as atividades foram bruscamente canceladas, toda a programação ficou pelo caminho e o trabalho diário foi forçado a reinventar-se.

Quando uma equipa trabalha quase exclusivamente para o público visitante, a ausência de pessoas obriga, naturalmente, a uma reflexão e reinvenção de todas as ações. Deixámos as atividades ao vivo e obrigámo-nos a um exercício de criatividade baseado numa premissa: manter os espaços museológicos ativos e presentes na vida das pessoas. Para isso, a maior parte do trabalho focou-se nos projetos que permitem levar o Museu da Água a casa de todas e todos. Foi em teletrabalho que exercitámos uma nova prática museológica onde mantivemos a permanente troca de ideias, as reflexões temáticas e, essencialmente, a descoberta de novos projetos capazes de chegar, diariamente, àqueles que nos querem rever, acolher, conhecer ou, simplesmente, cumprimentar.

Com o reforço da atividade on-line, as visitas guiadas tornaram-se virtuais, dando autonomia ao visitante de explorar o património da água e as visitas orientadas passaram a visitas on-line, realizadas a partir dos espaços museológicos.

As escolas, impedidas de nos visitar, podem receber virtualmente o Museu da Água através de visitas-aula veiculadas pelas várias plataformas digitais e os mais pequeninos têm a oportunidade de ouvir as histórias da água e aprender, de forma animada, como exercer o uso eficiente da água.

As exposições temporárias transformaram-se, ganharam uma nova dinâmica, e agruparam-se em coleções de episódios. As curiosidades da história da água chegaram a todo o lado por podcast. Os livros abriram as páginas e, de forma virtual, deram-se a ler. Os quiz temáticos inundaram milhares de ecrãs, com centenas de questões.

O Centro de Documentação Histórica e Técnica graciosamente presenteou o espaço cibernético com imagens e descrições preciosas.

Aquilo que existe potencialmente, mas não existe em ação, a denominada e-culture – as novas formas de expressão suportadas pelas tecnologias digitais e pela internet – permitiu-nos uma reflexão museológica virtual, realizada de forma a permanecer no dia-a-dia daqueles que nos conhecem e, acima de tudo, daqueles que ficarão curiosos para o fazer. E é verdade que todos os dias chegamos a mais pessoas, em Portugal e no estrangeiro.

Alterámos o conceito de fruição do património, alterámos a forma de nos relacionarmos com o público mas não alterámos a vontade de continuar a transmitir ininterruptamente os espaços museológicos do Museu da Água. E aquilo que, todos os dias, continuamos a desejar é abrir as portas, receber as pessoas e voltar a entregar-lhes o acesso presencial ao conhecimento e a arte de fruir em total liberdade.

## **Pedro Fontes** Diretor DID - Direção de Inovação e Desenvolvimento

Num tempo diferente a capacidade de adaptação e dedicação da equipa foi extraordinária. As ferramentas disponibilizadas pela DSI e a capacidade de integrar as mesmas num novo modo de trabalhar permitiu inclusive alguns ganhos de produtividade. É certo que o pulsar da Empresa, das pessoas, da linguagem não verbal se sente e condicionou alguns dos projetos.

Criámos um momento semanal de DID together com o objetivo muito simples de comunicar. Manter a coesão na equipa é o ponto de partida para a produtividade.

A esta distância – nem parece que tudo aconteceu em dois meses – a EPAL realizou no seu todo um dos maiores projetos de inovação e desenvolvimento, nos seus processos de trabalho, no qual todos participámos.

## **Rui Neves Carneiro** Diretor LAB - Direção de Laboratórios e Controlo da Qualidade da Água

A Direção de Laboratórios e Controlo da Qualidade da Água (LAB), o órgão da Empresa responsável pelo controlo analítico/monitorização da qualidade da água ao longo dos sistemas de abastecimento da EPAL/AdVT (incorporando as componentes de captação, tratamento, adução e distribuição), tem mantido, durante o período de pandemia que vivemos, uma das atividades consideradas prioritárias para a continuidade do negócio da Empresa – a verificação da qualidade/segurança da água produzida e distribuída.

Em virtude da sua especificidade, foi necessário introduzir alterações significativas na atividade de LAB, por forma cumprir as orientações da Direção Geral de Saúde (DGS), da Organização Mundial de Saúde (OMS) e de outras entidades oficiais de relevo neste âmbito. A estratégia adotada na direção, vertida no Plano de Contingência da Empresa, assentou nos seguintes aspetos:

1. Identificação das atividades críticas/prioritárias e das atividades passíveis de serem adiadas para fases posteriores da pandemia e/ou canceladas: esta fase foi desenvolvida em articulação estreita com as entidades reguladoras da atividade da Empresa (ERSAR e APA) por forma a que, ainda que vivendo uma situação de exceção, a Empresa não incorresse em qualquer incumprimento das suas obrigações legais.
2. Identificação de fornecedores e fornecimentos críticos com o intuito de salvaguardar os aprovisionamentos/autonomia necessários para fazer face às limitações/restrições logísticas que eram expectáveis nas primeiras fases da pandemia. O impacto destas limitações foi mitigado com sucesso, tendo sido preponderante o trabalho de cooperação desenvolvido por LAB juntamente com a DSE e a DCL, não se tendo verificado qualquer constrangimento ao regular funcionamento da direção.
3. Flexibilização dos horários de trabalho e adoção de regimes de Trabalho alternativos para a quase totalidade dos colaboradores da direção (maioritariamente regime presencial e regime misto presencial/teletrabalho, criação de turnos/horários desfasados, trabalho fora do horário normal de expediente, criação equipas de 2.ª linha, separação física de atividades/equipas, adoção de novas práticas e regras de segurança).

Estas metodologias foram aplicadas em função da especificidade das atividades desenvolvidas por cada Colaborador/equipa, objetivando a minimização da probabilidade do risco de contágio, a salvaguarda da saúde dos Trabalhadores em particular os pertencentes a grupos de risco, a garantia de redundância de recursos humanos e respetiva qualificação/substituição para desempenho de tarefas críticas, a conciliação dos regimes de trabalho com a necessidade de acompanhamento de dependentes menores, etc. Para além da necessária simplificação/flexibilização dos procedimentos de reporte junto da DRH, nesta fase foi crucial o papel desempenhado pela DCL e pela DSI na disponibilização dos meios/ferramentas necessários à realização das atividades de forma remota, na parametrização de acessos a aplicações de suporte à atividade laboratorial, etc..

A disponibilidade e o empenho incedíveis demonstrados por todos os Colaboradores de LAB durante a pandemia, tem permitido o desenvolvimento da missão da direção num clima de “quase normalidade” e evidenciar analiticamente que, mesmo vivendo um período difícil e de exceção, a Empresa continuou a manter o nível de excelência que lhe é reconhecido, no que respeita à qualidade/segurança do seu produto.

Algumas práticas instituídas/ensaiadas, bem como a experiência acumulada durante este período, constituíram valiosas ferramentas de aprendizagem que vão contribuir para a flexibilidade de atuação/resiliência da direção para fazer face a futuras situações de exceção. ■

# COVID-19

## Desinfecção das mãos

### Lavagem com solução à base de álcool



Certifique-se que demora, não menos do que 20 segundos, a desinfetar as mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



A palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa



Palma com palma e com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo no sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa



Esfregue, rotativamente, para trás e para a frente, os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa



Ao usar desinfetantes à base de álcool certifique-se que fricciona as mãos o tempo suficiente para secar/evaporar completamente



Evite tocar em qualquer superfície até o gel secar completamente

O cumprimento destas recomendações é a melhor forma de minimizar os riscos para todos. Contamos com a sua colaboração. Adote comportamentos responsáveis e conscientes.

## Os Trabalhadores da EPAL e da Águas do Vale do Tejo em tempos de COVID

Uns em trabalho remoto, outros que continuaram sempre no terreno, os nossos Trabalhadores de um momento para o outro também viram as suas vidas dar uma reviravolta.

Trabalhadores, pais, professores, cozinheiros... enfim... uns verdadeiros “faz tudo” que, realmente, tudo têm feito para que, mesmo no imprevisto, na incerteza e na mudança, na sua vida agora tão multifacetada funcione.

A água continua a seguir o seu caminho de sempre e isso acontece graças a todos eles.

"AL"



**Alberto José Martins**  
Coordenador de Departamento  
Direção Compras e Logística

### Procurement em tempos de Pandemia

O Coronavírus conseguiu colocar-nos sob uma enorme ameaça. Obrigou-nos a superar dificuldades e a adaptarmo-nos a uma nova realidade. Como se de um projeto de mudança se tratasse. Deste ponto de vista, constituiu certamente uma oportunidade. Agora, estamos mais bem preparados para o futuro.

No Departamento de Compras e Armazéns o “projeto Coronavírus” mobilizou-nos, numa primeira fase, para a disponibilização de diversos equipamentos e meios, que permitissem o teletrabalho. Havia que passar o “Cabo Bojador”. As equipas estavam agora em segurança e em condições de dar resposta às necessidades da Empresa. Conseguiram-se – para o trabalho presencial – acordos que possibilitaram o fornecimento de produtos desinfetantes (quando estes já estavam quase esgotados no mercado) bem como de outros equipamentos de proteção para os Trabalhadores. De salientar, a importância da gestão de stocks, do armazenamento e da distribuição de produtos e equipamentos. Caso a ameaça galopasse, tínhamos os meios necessários para responder, durante algum tempo, de modo a assegurar a atividade da Empresa. A colaboração, a compreensão e o empenho de todos foi fundamental. Agora que este “projeto” já está implementado, teremos que partir para a nova realidade: dar continuidade à nossa missão, mas de modo diferente. Com mais proteção, mais transformação digital e comprometimento de todos.



**António Soares**  
Direção de Engenharia

Com as obras da rede de distribuição em curso e outras em desenvolvimento de caráter essencial para a exploração da EPAL, esta pandemia trouxe um misto de sentimentos. Isto porque, não obstante termos o consentimento para permanecer em casa, aliava-se a responsabilidade de verificar como os trabalhos se desenvolviam diariamente. As obras em Lisboa não pararam, o que me levou a encarar os receios que no início todos tínhamos e que tivemos de enfrentar. O deslocar-me às obras, a proximidade possível, o acompanhamento e o estar presente foi o mote que deu a confiança necessária às pessoas, que também fizeram um esforço para cumprir com os planeamentos acordados.

No que se refere às empreitadas de ENG, durante este período conseguimos que obras importantes tivessem avançado significativamente, como a obra da 2ª Circular, troço adutor DN1000BA Telheiras/Alfragide da zona Alta, com a construção de duas caixas de válvulas; uma na saída para a Estrada da Luz e outra na Rua Filipe Duarte junto à Escola Alemã, obra relativamente à qual se prevê a conclusão já no início do mês de julho. Também conseguimos que a nova conduta DN400FD na obra da CML da rede viária e espaços exteriores da Praça de Espanha ficasse concluída e em exploração no dia 20 de maio, obra que teve cerca de 1000m de vários diâmetros de condutas instalados.

Todos sabemos que nada vai ser igual ao que era antes. Que o Mundo mudou. Mas nós mudámos com ele! Tivemos que nos adaptar e, agora, com esta nova fase de desconfinamento espero que volte a normalidade possível - ou uma nova normalidade, como já se diz por aí -, que todos continuem a cumprir com as normas de segurança impostas pelas entidades competentes e que consigamos sair reforçados e fortalecidos deste período menos bom nas nossas vidas.



**Cláudia Costa**  
Técnico Especializado  
Direção de Engenharia/Évora

No início a adaptação ao teletrabalho correu bem. O facto de não ter horários rígidos, de não ter que acordar às 6h40 da manhã e fazer tudo a correr foram fatores positivos que contribuíram para que a adaptação

corresse muito bem. No início soube um bocadinho a férias, mas o tempo passou e eu sou “bicho” de rua. Preciso de ver gente, de ir beber um café, de conviver. Com o passar do tempo a situação foi piorando e o estar permanentemente em casa tornou-se mais complicado. Nada que não fosse possível gerir, mas começou a pesar. Fomos tentando gerir os 3 a nossa convivência em permanência dentro de um apartamento. Durante dois meses eu e a Francisca praticamente não saímos. O Ricardo, meu marido, é que fez as compras durante esses dois meses.

Durante o estado de emergência fui três vezes à Empresa. E soube-me tão bem sair de casa, apesar de tudo, e ir para aquele que é o meu local de trabalho diário. Depois de 2 meses sem sair de casa foi muito bom. O regresso nestes dias correu muito bem. As medidas estão implementadas pelos colegas da DSE. Temos tido uma colega em permanência na Sede e que me inteirou de como deveria proceder. Nesses dias estavam apenas duas pessoas na Empresa, em pisos distintos.

Relativamente à adaptação da minha filha à tele escola, sinceramente, acho que ela não lhe deu a devida importância. Para ela não é escola. Perdeu ritmo, desinteressou-se e faz os trabalhos quase obrigada e a despachar. Sente a falta da professora, ainda que tenham sessões síncronas uma vez por semana, dos amigos e dos funcionários da escola. A Francisca frequenta uma escola pública apenas com 4 turmas. Todos se conhecem. É uma escola muito dinâmica onde se promovem muitos convívios entre alunos, professores e pais. E tudo isso deixou de existir. A matéria da tele escola é de 3º e 4º ano e a grande maioria dos assuntos ela já deu. Não existindo nada de novo acabou, de forma natural, por se desinteressar. Conciliar o trabalho remoto com o acompanhamento escolar não está a ser difícil. A tele escola decorre apenas durante uma hora. A professora assim que termina a tele escola envia os trabalhos. Nessa altura eu começo a tratar do almoço e ela dos trabalhos de casa. Quando terminamos o almoço, verifico se está tudo ok e enviamos para a professora. Nesse aspeto não posso dizer que seja muito complicado, até porque ela já tem 10 anos e é bastante autónoma.

Tem feito alguns trabalhos, como desenhos, mas faz sobretudo muitos vídeos... é mais a onda dela. Ela tem perfeita noção do problema e começou a pedir para não vermos as notícias. Então, deixámos de o fazer. No entanto, nunca esteve ansiosa e assim continua, mas está saturada pelo facto de não ser possível o convívio com os amigos e com a família, tal como estava habituada. É uma miúda de afetos e sente muito a falta de alguns, principalmente da avó, que diariamente a ia buscar à escola, fazia com ela os trabalhos de casa e a levava às atividades.

Sobre o regresso à normalidade, não crio expectativas. Simplesmente temos desconfiado tal como tem sido aconselhado pela DGS. Continuamos em casa e a sair o mínimo possível. A diferença é que já saio, por exemplo para ir às compras, mas menos receio, mas sem descuidar as medidas da DGS. Não podemos ficar confinados a vida toda e o vírus continua aí e vai continuar. Vamos ter de aprender a viver de uma forma diferente daquela a que sempre nos habituámos.

Também temos a questão económica e portanto temos de contribuir para que o País possa andar para a frente.

Claro que tenho, como todos nós, os meus receios, pela minha família, pelos meus amigos, pelos meus colegas, mas isso é inevitável. Uma coisa é certa, não podemos deixar que o medo nos paralise e que nos impeça de andar para a frente!



**Elisa Soares**  
Responsável de Área  
Direção de Recursos Humanos

Não podemos esquecer que o teletrabalho, surgiu como uma situação imposta pelo confinamento, a que o país se viu obrigado, como forma de controlar um vírus que poucos ou nenhuns conheciam.

Do meu ponto de vista, o teletrabalho terá sido a solução encontrada que melhor respondeu ao continuar da atividade laboral, em áreas onde tal era possível. Em alternativa teríamos sido todos forçados ao confinamento, por um período de 2 meses e meio, sem qualquer atividade laboral, o que certamente teria sido mais difícil de ultrapassar.

Por outro lado, e no meu caso em concreto, que conjuntamente com a nova realidade de teletrabalho, o confinamento trouxe também, um acréscimo de trabalho, um período menos fácil, em que tive de “apren-

der” a conciliar a vida profissional com a familiar, num único espaço, a minha casa. Em resumo, foi um período de grande aprendizagem, que certamente teve aspetos positivos e que me permitiu ter um olhar diferente sobre o futuro, mas desejo que seja passado.



**Fábio Salgueiro**  
Supervisor  
Direção de Compras e Logística

A Pandemia no que diz respeito à Gestão de Frota da EPAL/AdVT obrigou a olhar para o processo como um todo e a uma identificação exata das tarefas cuja responsabilidade da sua execução é exclusivamente interna, que obrigatoriamente requeriam a nossa presença física para as desempenhar, como por exemplo a distribuição da documentação das viaturas, a gestão da máquina de lavagem auto dos Olivais, gestão das viaturas da pool, etc.

Dado que as tarefas identificadas como críticas eram pontuais e estavam bem identificadas, foi possível colmatá-las com idas dos nossos colegas da Gestão de Frota aos polos pelo menos uma vez por semana ou sempre que assim fosse requerido e deste modo garantir níveis de serviço muito satisfatórios.

No entanto julgo que esta pandemia, para além das questões operacionais, obrigou-nos como superiores hierárquicos e colegas a aprofundar o conhecimento acerca da vida das pessoas que integram as nossas equipas, não só pela necessidade da identificação e enquadramento nos grupos de risco mas também devido à necessidade da implementação do teletrabalho e da sua compatibilização com a sua vida pessoal e familiar. O conhecimento de alguns aspetos da vida pessoal das nossas equipas/colegas adquirido em fase de pandemia serão igualmente úteis em tempos de pós-pandemia, pois irá permitir criar equipas mais coesas, flexíveis e melhor enquadradas aos objetivos definidos pela empresa.



**Fradique Martins**  
Técnico Especializado  
Direção de Manutenção

A 18 de março foi decretado o Estado de Emergência em Portugal. Felizmente, mesmo durante esse período, continuei sempre a trabalhar no terreno e os dias sempre decorreram de forma normal no que diz respeito ao cumprimento das minhas funções. Ainda bem que tal foi possível, pois estou habituado a andar sempre na rua e teria sido muito difícil se me visse forçado a ficar em casa.

Apesar de poder parecer que o País estava parado, acho que tive um período ainda com mais trabalho, uma vez que acompanho a colocação de ramais e rede existente, mas também obras de renovação e ampliação. Neste período houve mais obras, por estranho que possa parecer.

Sempre trabalhei sem qualquer receio. Nos primeiros 15 dias de trabalho estive sempre sozinho cumprindo, claro, o distanciamento dos trabalhadores da CME e usando, quando necessário, máscara ou viseira, equipamento fornecido pela EPAL. Obviamente, nunca descurei nem descuro a regra da lavagem constante das mãos. No meu caso, usar o equipamento de proteção individual não me causa qualquer constrangimento, pois não faço esforço físico. O meu trabalho é fiscalizar estas obras.

Talvez a coisa que me causou maior estranheza tenha sido a entrada no recinto do Parque das Nações. Aqui trabalham muitas pessoas e, por onde quer que andemos, cruzamo-nos sistematicamente com colegas. De repente não se vê ninguém. Contudo, a Empresa nunca parou. As obras em MAN nunca pararam, toda essa parte decorreu sem quaisquer impedimentos.

Relativamente ao regresso a casa após o dia de trabalho, sempre foi pacífico. Sei que tenho todos os cuidados e, por isso, sempre estive certo de que não coloco a saúde de ninguém lá em casa em risco. No trabalho cumpro as regras e ao chegar a casa também: sapatos à porta e banho. Quanto ao regresso a esta nova normalidade, não sei o que esperar. Como se costuma dizer, é mesmo esperar para ver.

# covid-19



**José Pedro Almeida**  
Supervisor  
Direção de Sistemas de Informação

Teletrabalho. O termo leva-nos a pensar somente nos benefícios que o trabalho à distância nos pode trazer. Não perder tempo com as deslocações é efetivamente uma das vantagens desta modalidade, no entanto, nem tudo é um “mar de rosas”. Qualquer pai pode comprovar que aliar trabalho com filhos é sempre um desafio complicado de se cumprir. Se aos filhos adicionarmos o tempo despendido em explicações e tarefas escolares, rapidamente chegaremos à conclusão que talvez o teletrabalho não é assim tão atrativo como inicialmente se pensara. Se acrescentarmos à equação a impossibilidade de se sair de casa, conviver com amigos, colegas da escola e familiares, o resultado pode ser explosivo. Há que ter uma boa dose de paciência, sensibilidade, compreensão e acima de tudo disciplina, para que, no final do dia, tudo esteja bem, tanto ao nível físico como emocional. Sim, porque não nos podemos esquecer que situações como a que temos vivido no nosso País, e no resto do mundo também, leva a um certo desgaste emocional, que é necessário combater. Apesar de tudo, e pesando bem os prós e os contras, creio que o primeiro continua a levar a dianteira.



**Manuela Travanca**  
Direção de Engenharia

Os meus filhos já são graúdos, no entanto também têm estado em casa a fazer tudo à distância, ela no 1º ano da faculdade, ele a concluir o mestrado que estava a fazer em França.

Assim, a minha vida estava facilitada face à autonomia dos filhos, eu é que recorri a eles algumas vezes para me ajudarem com os diversos eventos “on-line”.

No início muita ansiedade, muita ansiedade perante o mal, perante o diferente, perante o futuro, mais a pensar nos outros, que ficaram sem trabalho e também nos nossos jovens e como o seu futuro pode ficar comprometido no curto-longo prazo.

Em relação ao teletrabalho, para além da referida ansiedade e também das saudades dos colegas e da partilha de ideias, não é mau. Eu diria até que tem muitos aspetos positivos, pois não se gasta o imenso tempo em deslocações e também estamos mais “próximos” de nós e da nossa família.

Efetivamente já nem me lembrava o que era fazer refeições em família em casa sem pressa.

Acho que o teletrabalho, em termos parciais, pode trazer muitas vantagens para os colaboradores, para as famílias e para as empresas.



**Margarida Filipe Ramos**  
Museu da Água

## Os meus tempos em quarentena...

Quando o museu encerrou portas ao público, nunca pensei que fosse por tanto tempo. Amanhã fará exatamente 60 dias em distanciamento físico e não social, como refere e bem, o professor Francisco George. A adaptação a esta nova realidade não é, nem foi fácil, não estava habituada a estar tanto tempo em casa, a não ser quando estive em licença de parto dos meus filhos e mesmo assim, sair à rua não era proibido! A verdade é que a vida continua e estar quieta não é para mim.

Felizmente, a EPAL proporcionou-me todas as condições para ficar em casa, em teletrabalho. Logo no dia 13 de março deram-me um computador portátil, que à partida seria apenas por uma semana, pois assim estava combinado fazermos equipas alternadas, no entanto, foi o que se viu, até à data ainda sem saber por quanto tempo.

Em teletrabalho desde o dia 16 de março, os meus dias são divididos entre o trabalho do museu (principalmente na resposta a solicitações por email, na criação de conteúdos e manutenção das redes sociais do museu) e as muitas tarefas domésticas. O mês de abril custou mais a passar, a alteração de rotinas, o marido em lay-off, as incertezas e o medo de sair de casa. Em casa somos 6, dois adultos, dois adolescentes e dois gatos, por isso, há sempre muito a fazer: acompanhar os estudos dos miúdos, organizar as refeições, cozinhar, limpar, arrumar, ir às compras, etc. Com um pouco de organização tudo se consegue até uns minutinhos para fazer exercício físico, coisa que nunca tinha tempo para fazer. Felizmente os meus adolescentes são bastantes sossegados e dados à música (um violino e uma bateria), por isso, animação não falta, os vizinhos por enquanto não se queixaram...

Quando isto tudo acabar, penso que quem vai estranhar mais são os meus bichanos...



**Maria Manuela Ramos**  
Direção de Contabilidade/Portalegre

Dia 16 de março iniciei uma nova e inesperada forma de trabalho, o teletrabalho. Trabalhar a partir de casa, não há volta a dar, é imperativo ser pragmático e iniciar o dia-a-dia com esta realidade. Desde a primeira semana escolhi trabalhar na sala, um espaço amplo e com muita luz natural, dá para um jardim onde desde cedo se fazem ouvir os sons da primavera. Tentei estar confortável para me concentrar e fazer o meu trabalho com rigor. No final da primeira semana senti que algumas arestas tinham que ser limadas: pois queria estar à altura deste desafio, trabalhar em casa exige de nós muito mais disciplina. Assim, fui fazendo pequenos ajustes para não me desviar do mais importante, cumprir o horário tal qual como se fosse para a Empresa e cumprir as tarefas resistindo muitas vezes à tentação de deixar para logo, ou para amanhã.

Levantar à mesma hora, fazer todas as rotinas habituais antes de sair de casa, e sentar-me ao computador, ouço música para me ajudar a concentrar, estabeleço prioridades e vou fazendo o trabalho, no final do dia se o tempo permitir vou fazer uma caminhada, arejar a cabeça descontrair um pouco no meio da natureza, o confinamento é claustrofóbico. O que sinto muito mais em teletrabalho: os dias são todos iguais, a monotonia pesa, vou tentado aferir a produtividade, e sinto que quebro o ritmo muito mais vezes, porque o espaço físico por mais adaptado que esteja, é a nossa casa, onde temos a outra parte das nossas vidas.

Em casa não se fala do nosso trabalho, não temos os nossos colegas ao lado com quem há anos partilhámos o dia-a-dia da Empresa e tudo o que isso implica, sinto falta dos meus colegas. O esforço para sermos produtivos e focados é desgastante. Estamos longe, mesmo com todas as facilidades que as tecnologias nos proporcionam. Somos seres sociais precisamos da aprendizagem constante, precisamos de estar uns com os outros a camaradagem faz parte do dia-a-dia no trabalho. Sinto que estamos todos desejosos de voltar ao nosso local de trabalho.



**Nuno Fonseca**  
Direção de Engenharia

Recordo quando foi decretado o estado de emergência e todas as medidas impostas para prevenção do contágio. De início fiquei apreensivo e expectante mas a rotina de trabalho em ENG/AOL no acompanhamento diário de obras de reabilitação de rede na cidade de Lisboa, continuou.

Foram tomadas as medidas de prevenção e a rotina diária quase não teve alterações, os trabalhos continuaram dentro da normalidade possível com correspondência total e facilitada de todos os serviços transversais da EPAL, empreiteiros, CML e outras entidades, que agradeceu muito o sentimento de cooperação.

O estado de confinamento revelou-se vantajoso para esta atividade, permitiu a construção de obras na cidade de Lisboa sem trânsito, sem transeuntes, etc..., facilidade de deslocação no acompanhamento das várias obras e respostas rápidas a situações de urgência, posso até dizer que as produções de reabilitação aumentaram.

Relativamente à conciliação da atividade profissional com a vida familiar foi uma adaptação que teve de ser bem gerida mas não me afetou muito porque felizmente tive recursos, mas acredito que para alguns não tenha sido fácil.

A esta data ENG/AOL e todos os serviços transversais, pós confinamento, continuam a garantir reabilitação de rede na cidade de Lisboa."



**Nuno Penedos**  
Direção Compras e Logística

Viver em pandemia... uma situação inédita, inesperada e transversal que nos trouxe uma visão completamente diferente em contexto profissional. O departamento de compras e armazém da EPAL/AdVT ultrapassou este período de confinamento sempre presente no local de trabalho com uma exigência reforçada não só porque a nova realidade assim o exigiu mas também a nossa consciência assim o obrigava. Sendo a nossa Empresa fundamental na vida da sociedade, veio por acréscimo uma responsabilidade extrema para todos. Foi necessário adaptar novos espaços para arrumação do material, reforçar os nossos stocks, garantir novos produtos de proteção para todos os Trabalhadores, garantir ainda a sua distribuição atempada, colaborámos também com várias entidades públicas, institutos, câmaras municipais de vários distritos, demos também apoio à Águas de Portugal SGPS, e várias empresas do grupo, literalmente de norte a sul do País, garantido também a estes a entrega de material de proteção individual. Todos juntos, unidos por um objetivo comum: garantir o funcionamento da atividade de negócio da melhor forma possível.

Se algum balanço positivo pode ser feito desta pandemia, ainda tão ativa, foi o facto de estarmos todos em sintonia e trabalharmos em equipa. Vamos todos ficar bem.



**Pedro Guimarães**  
Responsável de Área  
Direção Compras e Logística

## O COVID-19 e nós

Passaram semanas desde que a vida, como sempre a conhecíamos, mudou. De notícias longínquas acerca dum vírus localizado na Ásia, e numa questão de semanas, passámos para realidades, hábitos, receios e dúvidas que apenas associávamos a alguns filmes ou séries.

Atos simples como irmos a um supermercado, a um concerto, a um museu ou a um jardim, passaram a ser calculados e olhados com receio. Um receio legítimo fruto da preocupação com a segurança, nossa e dos outros, e com a capacidade de resposta do nosso SNS e a saúde de todos os que nele trabalham.

A rotina diária instalou-se e reduziu-se aos metros quadrados da nossa casa, a preocupação com familiares e amigos ganhou novos contornos. Veio ao de cima o nosso dever cívico, o dever profissional e o nosso instinto de sobrevivência. O confinamento que se seguiu e que dura até hoje, embora já se tendo atravessado diversas fases e níveis de rigor, exige de nós uma grande capacidade de adaptação, uma busca (na maior parte das vezes praticamente automática e inconsciente) de condições para que encontremos o nosso equilíbrio. Os receios ainda existem, as dúvidas parecem maiores do que qualquer onda da Nazaré mas a esperança de dias melhores, aquilo que nos define, existe.

Eu tenho agora a sorte de trabalhar com uma equipa fantástica e juntos, temos feito o possível (com um "P" grande) para que, naquilo que fazemos no dia-a-dia, não se note que estamos todos a atravessar esta fase.

O nosso relacionamento com os interessados e concorrentes nos nossos procedimentos sempre assentou em contactos feitos através de emails ou da plataforma eletrónica, e as interações com os nossos colegas também têm a distância física como uma constante pelo que nesse aspeto, não sentimos grandes mudanças.

Sentimos sim falta do contacto entre nós e, se é um facto que a distância pode complicar um ou outro aspeto do relacionamento interpessoal, a certeza é de que quando há vontade e sentido de responsabilidade, sabemos que no fim #vaiacabartudobem.



**Ricardo Silva**  
Coordenador de Departamento  
Direção de Engenharia

A Pandemia da COVID-19 veio provocar uma alteração radical nos hábitos de trabalho.

Durante o processo de confinamento a que todos fomos obrigados, tornou-se necessário o recurso a novas formas de nos organizarmos para continuar a assegurar o desenvolvimento da nossa atividade.

Foi assim instituído o recurso ao teletrabalho, que se veio a confirmar como uma solução válida.

O teletrabalho, de início “estranha-se, e depois, entranha-se”.

Todo o trabalho que normalmente desenvolvemos em gabinete, veio a confirmar-se ser possível de assegurar em regime de teletrabalho.

Foi necessário adotar a manutenção de horários rígidos e criar em casa um “espaço” dedicado ao trabalho. No meu caso, em que já não há crianças em casa, foi fácil esta adaptação, tendo-se revelado proveitosa pela inexistência de interrupções e até, dispondo de mais horas úteis, uma vez que se ganhava o tempo que todos perdemos diariamente no trajeto casa-trabalho e regresso, em horas de ponta.

As novas ferramentas que foram disponibilizadas – o recurso ao MS TEAMS – em muito contribuíram para o seu sucesso, pois permitiram “colmatar” o afastamento e proporcionar a possibilidade de realizar reuniões em teleconferência, possibilitando a partilha e visualização de documentos, criando assim um elo de proximidade que de alguma forma compensava o afastamento físico. O teletrabalho afigura-se assim uma opção válida, que conquistou o seu espaço, e que, muito provavelmente, constituirá uma nova forma para trabalharmos no futuro."



**Rui Oliveira**  
Técnico Operativo/Évora  
Direção de Operações de Saneamento

Sinceramente, e apesar de ter consciência de que na sequência da COVID a dinâmica de trabalho e da equipa tinha de ser obrigatoriamente alterada, nunca pensei que me viria a ser proposto realizar trabalho de laboratório, e, assim, ver ser colocada à prova a minha capacidade de adaptação e capacidade a uma nova realidade. A verdade é que nunca me neguei a novas experiências/aprendizagens, antes pelo contrário, sempre gostei de ser constantemente desafiado a realizar novas tarefas e, desta forma, adquirir novas competências relevantes para trajeto profissional. É de um enorme enriquecimento pessoal e profissional aliar a minha experiência enquanto técnico operacional, a esta nova aventura, juntar a prática de terreno aos resultados obtidos em laboratório, e assim ganhar uma maior consciência das ações realizadas na operação de uma instalação.

"A mente que se abre a uma nova ideia, jamais voltará ao seu tamanho original."

Albert Einstein

# COVID-19

## Regras de utilização dos elevadores



O uso de máscara é obrigatório em todos os espaços fechados de utilização comum



Não exceder duas pessoas no uso do elevador. Se já estiver lotado, espere pela próxima viagem



Não toque nos botões sem o auxílio de um lenço de papel descartável. Este procedimento refere-se a todos os botões, quer os do interior, quer os do exterior



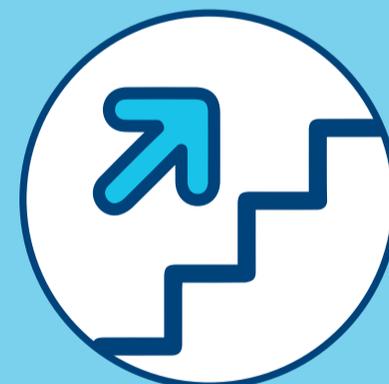
Evite o contacto com as paredes da cabine do elevador



Cumpra as regras de etiqueta respiratória



Antes e depois de utilizar o elevador, lave as mãos com água e sabão, ou use uma solução à base de álcool



Privilegie o uso de escadas

O cumprimento destas recomendações é a melhor forma de minimizar os riscos para todos. Contamos com a sua colaboração. Adote comportamentos responsáveis e conscientes.

# covid-19

## Vírus

Uma Primavera que só se deixa ver  
por um homem de cada vez

Um médico próximo  
de quem deixaste de ouvir falar  
há cerca de um mês

Um passeio com um círculo imaginário à volta  
que balanças na cintura

Uma criança numa saída que não dura  
mas que à mesma se ri

As latitudes da Terra em repouso

A viagem que nunca pudeste fazer  
para dentro de ti

**Fernando**



## Reinvenção é a palavra de ordem

E se para umas áreas se tratou de uma adaptação, embora seguindo o mais possível o seu normal funcionamento, para outras já não foi bem assim. A EPAL tem serviços que funcionam com pessoas, que dependem de pessoas, da sua presença e, com o afastamento físico, foi imperativo que se reinventassem, que fossem criativos e que continuassem a chegar à comunidade ainda que de maneira diferente, ainda que não cara a cara.

MARGARIDA FILIPE RAMOS MDA

### O que é um museu sem o seu público?

O Museu da Água encerrou ao público, no âmbito da pandemia da COVID-19, a 16 de março de 2020. Tal como outros serviços da EPAL, os Colaboradores do Museu têm-se mantido em teletrabalho. Mas como se trabalha num Museu, em regime de teletrabalho?

O desafio não era fácil e a imaginação foi posta à prova, eram precisos novos modelos de “fruição cultural”. Toda a programação encontra-se suspensa desde essa data, visitas guiadas de escolas e público em geral, todas as exposições temporárias previstas, bem como toda a programação para a Lisboa Capital Verde 2020. Com os núcleos fechados e o público em casa, a solução encontrada foi estar mais presente nas redes sociais, através do facebook, instagram e youtube, não esquecendo também o público interno da EPAL!

O Museu da Água detém um vasto património imóvel composto pelos núcleos que todos bem conhecem: a travessia do Vale de Alcântara do Aqueduto das Águas Livres, os Reservatórios da Mãe d'Água das Amoreiras e da Patriarcal, a Galeria subterrânea do Loreto e a Estação Elevatória a Vapor dos Barbadinhos. Tem também à disposição do seu público interno e externo, um vasto património documental disponível por meio de dois portais distintos, disponibilizados pelo Centro de Documentação Histórica e Técnica, a Biblioteca e o Arquivo Histórico.

Porque acreditamos que o Museu pode ser muito mais, porque divulga conhecimento mas também entretenimento, criamos várias rubricas no facebook: #PALAVRASDEAGUA, #FICHEIROS DA AGUA, “QUIZDASEMANA”, #PODCAST DA AGUA. Sobre a primeira, #PALAVRASDEAGUA, começamos por disponibilizar algumas edições gratuitamente, através da plataforma IS-SUU. Esta plataforma permite aceder a livros e outras edições como revistas, em formato pdf e folheá-las virtualmente, como foi o caso dos livros: “Barbadinhos: do Vapor ao Museu”, “Aquedutos de Portugal”, “Galerias Subterrâneas do Aqueduto das Águas Livres” mas também de outras edições do serviço educativo, destinadas aos mais jovens, como por exemplo: “As Viagens da Gotinha” e “Água é Património”.

A rubrica #FICHEIROS DA AGUA, da responsabilidade do Centro de Documentação Histórica e Técnica, tem disponibilizado imagens do seu



acervo “aguçando” desta forma o apetite para os potenciais investigadores e curiosos sobre o património da água.

O #QUIZDASEMANA foi outra atividade que lançamos com o objetivo de testar os conhecimentos dos nossos visitantes sobre os núcleos do Museu da Água e não só, temas como os Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) – Agenda 2030 e o Uso Eficiente da Água também foram testados. Esta é uma ferramenta lúdica que nos permite interagir com o público e visualizar o número de interações, tendo tido em média cerca de 40 participantes, por jogo, todas as semanas.

Para além destas rubricas periódicas, realizamos visitas virtuais aos vários núcleos do Museu, começando pela visita guiada à Estação Elevatória a Vapor dos Barbadinhos, realizada no dia 18 de abril, como forma de celebrar, o Dia dos Monumentos e Sítios com o tema “Património Partilhado – Culturas Partilhadas, Património partilhado, Respon-

sabilidade partilhada”. Este vídeo conta, à data, com cerca de 2 mil visualizações. Com esta resposta bastante positiva, por

parte do nosso público, decidimos continuar, disponibilizando ao sábado, uma visita guiada a cada um dos núcleos:

### Espaços museológicos do Museu da Água da EPAL voltam a abrir aos visitantes

No dia 23 de maio voltou a ser possível percorrer o caminho do Aqueduto das Águas Livres, bem como, apreciar a magnífica vista que nos proporciona de Lisboa.

O Reservatório da Mãe d'Água das Amoreiras abriu no mesmo dia, pelo que, é de aproveitar o bom tempo e passear pelos seus jardins, ou simplesmente desfrutar do interior de um dos locais mais imponentes da cidade.

Por enquanto, vão manter-se encerrados os restantes espaços do Museu da Água.

Importante informar que tudo está preparado de forma a garantir o menor risco de contágio da Covid-19, quer para os profissionais de museus quer para os visitantes, estando assegurado e implementado um conjunto de ações e medidas para reforçar e garantir a segurança de todos.

Aproveite e vá até lá.



Aqueduto das Águas Livres, Reservatório da Mãe d'Água das Amoreiras e Galeria do Loreto.

O Museu tem ainda publicado duas séries de pequenos vídeos, uma sobre a “Água da Companhia” inspirada na exposição que celebrou os 150 anos da EPAL (em 2018) e a outra, sobre a exposição itinerante, os “Aquedutos de Portugal”. Ambas têm sido divulgadas também na intranet para que todos os Trabalhadores tenham acesso, bem como, pelas redes sociais do Grupo Águas de Portugal.

O feedback do público tem sido bastante positivo. Os eventos criados durante este período de clausura alcançaram cerca de 7 795 pessoas. Das visitas realizadas on-line, através do facebook, contamos já com cerca de 8 235 visualizações e mais de 5 000 minutos visualizados.

Os museus foram desafiados pela DGPC - Direção Geral do Património Cultural para criarem ações virtuais para o dia 18 de Maio - Dia Internacional dos Museus, sob o tema “Museus para a igualdade: diversidade e inclusão”. A nossa participação consistirá numa visita virtual, com a presença do Rei D. João V, no Aqueduto das Águas Livres. Esta visita exclusivamente disponível através do facebook terá, pela primeira vez, tradução simultânea em língua gestual portuguesa.

No entanto, e estando o País em estado de calamidade, desde o dia 3 de maio, o serviço educativo do Museu da Água encontra-se ainda a preparar outras surpresas, que brevemente anunciará, enquanto aguarda ansiosamente a reabertura de todas as suas portas ao público.

#### MUSEU DA ÁGUA

Telefone | 218 100 215

Email | mda.epal@adp.pt

#### AQUEDUTO DAS ÁGUAS LIVRES

Morada | Calçada da Quintinha 6, 1070-225 Lisboa

GPS: 38°43'47.09"N 9°10'13.55"W | Autocarros: 742, 751, 758

Horário | Aberto de terça a domingo entre as 10 e as 17h30.

#### RESERVATÓRIO DA MÃE D'ÁGUA DAS AMOREIRAS

Morada | Praça das Amoreiras 10, 1250-020 Lisboa

GPS: 38°43'15.64"N 9°9'20.12"W | Autocarros: 706, 709, 711, 727, 738, 758 | Metro: Rato

Horário | Aberto de terça a domingo entre as 10 e as 17h30

(encerra para almoço entre as 12h30 e as 13h30).

## Impõe-se uma nova estratégia de educar e sensibilizar

Em tempo de confinamento e durante os próximos tempos, novos desafios se levantam para todos, e também para quem leva às Escolas a Educação e Sensibilização Ambiental.

A 16 de março as escolas foram encerradas e assim continuarão este ano letivo, até ao 10º ano.

Com o encerramento dos estabelecimentos de ensino foram ativados vários modelos de ensino à distância. Para este ensino à distância, professores, alunos e encarregados de educação tiveram de passar a utilizar várias ferramentas e suportes em formato digital para comunicar.

Auscultando os professores, as fichas de atividade, as atividades diversas (para as crianças realizarem com os professores e com os encarregados de educação em casa), os conteúdos interativos são as principais sugestões deixadas para o con-

tributo de projetos.

De um dia para o outro, a EPAL e AdVT desmarcaram/viram canceladas ações de sensibilização e visitas a instalações operacionais, que iriam envolver mais de 1 600 alunos dos vários graus de ensino, no espaço de cerca de dois meses e meio.

Perante este cenário, houve que delinear uma estratégia de chegar até alunos e professores. O único modo de continuar a dar resposta às solicitações de ações sobre a temática Água é seguindo uma nova abordagem e encarar que estamos, cada vez mais, perante uma Era Digital.

E assim delineámos uma nova estratégia, que inclui o ano letivo 2020/2021, estando a preparar conteúdos digitais, para que através das mais diversas plataformas possamos continuar nesta importante missão de educar para a sustentabilidade. 



### “O valor da Água do teu cubo de gelo”

Foi o título da primeira ação realizada com 24 alunos do 10º ano do Curso de Restauração/Bar e Animação Turística, da Escola Profissional Profitecla, de Lisboa, no âmbito da nova estratégia.

O valor da Água, o uso eficiente, comportamentos sustentáveis e a importância da atividade do saneamento foram os temas abordados. A Economia Circular também foi tema de conversa, tendo sido apresentado o site EPAL Circular por Natureza e o projeto Aqua eXperience. Houve ainda lugar para a preparação de uma água aromatizada em direto.

Esta ação online foi assegurada por Celeste Santos Anselmo, Carla Marques e Susana Fé. 

## Estratégia das Redes Sociais em tempos de COVID

# Páginas da EPAL atingem número recorde

Desde 2017 que a EPAL tem feito uma forte aposta na sua presença nas redes sociais, reconhecendo-as como canais de comunicação abertos e privilegiados com os seus Clientes e seguidores. Em tempo de confinamento, as páginas da nossa Empresa ultrapassaram os 50 mil seguidores e alcançaram mais de 2 milhões de pessoas, número nunca antes conseguido num período de tempo tão curto.

A EPAL tem páginas nas Redes Sociais: Facebook, LinkedIn e Instagram. Destas plataformas, é no Facebook onde a Empresa tem maior expressão e é lá, maioritariamente, que os nossos Clientes e Consumidores nos procuram. Desde o início da pandemia que a EPAL teve de adaptar a sua estratégia digital a esta nova realidade. Sabendo quais as questões mais frequentes colocadas pelos nossos Clientes, foi preparado um conjunto de rubricas, cujos conteúdos se focaram nos serviços da Empresa à distância de um clique, na sensibilização para o consumo de água da torneira, seu uso eficiente e a permanência em casa, havendo também espaço para publicações com um teor mais lúdico.

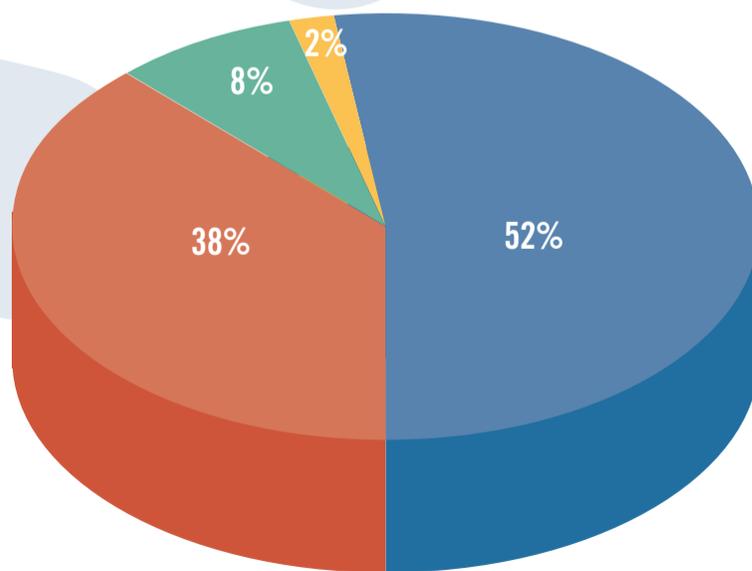
Sendo uma ferramenta de comunicação e de interação privilegiada, pela imediatez, registou-se um aumento significativo de mensagens e comentários. Nos dois meses de confinamento, a nossa página de Facebook demonstrou mais uma vez ser um excelente meio de interação com

os Consumidores em geral, sendo também muito utilizada pelos nossos Clientes para tratar assuntos com a Empresa. Destes contactos, 52% corresponderam a pedidos de informação relacionados com a Gestão Contratual, 38 % Reclamações, 8% foram relativos a Comunicações de Leitura do contador e 2% foram Elogios à EPAL. Todas as mensagens tiveram

uma rápida resposta e resolução, sendo o tempo médio de resposta de 4 horas.

É inegável a importância que estes canais digitais assumem na relação com os nossos Clientes e que, integrando a estratégia de marketing da Empresa, têm um papel fundamental no reforço da reputação da EPAL. 

### MENSAGENS/ASSUNTOS MAIS SOLICITADOS



- Pedidos de Informação
- Reclamações
- Comunicações
- Elogios



Imagem que integra a rubrica sobre "Comunicação de Leituras"



Campanha sobre o Uso Eficiente da água



Divulgação de produtos e serviços



Curiosidades



Tutorial sobre a obtenção de referências multibanco no EPALnet



Incentivo ao consumo de Água da Torneira (reforço do seu controlo e qualidade)

# COVID-19

## Regras de utilização das escadas



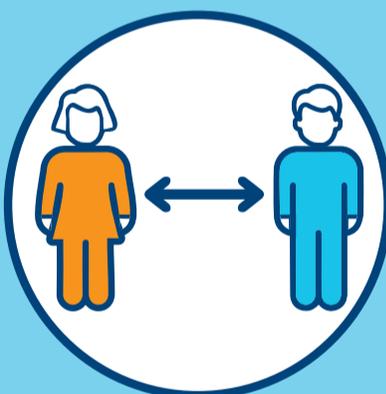
Privilegie o uso de escadas ao invés da utilização do elevador



O uso de máscara é obrigatório em todos os espaços fechados de utilização comum



Utilize como regra a circulação à direita



Sempre que possível, mantenha a distância recomendada de, pelo menos, 2 metros



Cumpra as regras de etiqueta respiratória



Antes e depois de utilizar as escadas, lave as mãos com água e sabão, ou use uma solução à base de álcool

O cumprimento destas recomendações é a melhor forma de minimizar os riscos para todos. Contamos com a sua colaboração. Adote comportamentos responsáveis e conscientes.

## Solidariedade em tempos de COVID

Quer sejam tempos de COVID, ou não, a verdade é que a EPAL sempre foi uma Empresa solidária. Preocupada com a diferença, com as dificuldades, atenta a quem mais precisa. Todos sabemos que esta pandemia, para além de todas as mudanças que trouxe à nossa vida, também tem deixado famílias em situação económica frágil.

Desde bens alimentares, material informático, material de proteção individual, numerário, a EPAL e a AdVT têm contribuído de forma bastante ativa no sentido de amenizar os problemas deixados pelo vírus.

### EPAL contribui para investigação global contra a COVID-19

No âmbito da iniciativa da “Resposta global ao COVID-19 conferência de doadores”, promovida pela Comissão Europeia, e que pretende reunir esforços de governos, empresários, fundações e cidadãos da União Europeia no combate ao novo vírus, Portugal contribuiu com 10 milhões de euros, fruto do apoio de diversas empresas nacionais.

A EPAL contribuiu com 750 mil euros, certa de que este contributo irá acelerar o desenvolvimento de uma vacina e tratamento para a COVID-19, bem como para a distribuição equitativa pela população.

O presidente da EPAL, José Sardinha, avançou: “Sendo o desenvolvimento de uma vacina essencial

para a segurança das pessoas contribuindo decisivamente para que a sua vida volte ao normal, trata-se de um contributo no âmbito de um esforço global a que todos devemos responder afirmativamente”.

No total foram angariados €7,4 mil milhões, em três horas e foram muitos os países que se juntaram.

França (€1,5 mil milhões), África do Sul (€1,1 mil milhões), Comissão Europeia (mil milhões de euros) e Japão (€762 milhões) contabilizaram-se entre aqueles que doaram mais dinheiro. Portugal contribuiu com €10 milhões de euros.

A angariação de fundos também contou com participantes individuais, casos de Madonna e Bill Gates. **AL**



### Estamos ao lado dos profissionais de saúde

Relembramos que várias unidades hoteleiras em Lisboa, em iniciativa promovida pela AHP – Associação de Hotelaria de Portugal, abriram as suas portas para acolherem profissionais de saúde que estão na linha da frente no combate à COVID, des-

locados ou que não podem ficar em casa para não colocarem em risco as suas famílias.

Nestas instalações, toda a água consumida pelos profissionais de saúde tem sido disponibilizada gratuitamente pela EPAL. **AL**

### Álcool gel para a AREPAL

A EPAL fez chegar ao Lar AREPAL, vários litros de álcool gel, tão necessário para o seu dia-a-dia e para a proteção dos seus utentes que necessitam de cuidados redobrados, uma vez que a sua maioria se encontra fisicamente frágil. **AL**



## Entrega de bens alimentares

Devido ao encerramento temporário do refeitório da Sede, a EPAL tem feito chegar os bens alimentares provenientes do contrato em vigor com a Eurest.

A Câmara Municipal de Lisboa e a Comunidade Vida e Paz, foram as duas entidades que têm recebido os alimentos e, por sua vez, os têm encaminhado para quem deles precisa.

Os alimentos doados à Câmara Municipal de Lisboa são para utilização nos seus refeitórios de primeira linha que dão apoio a pessoas sem-abrigo e a Forças e Serviços de Segurança Pública, assim como, a distribuição junto de famílias carenciadas.

As doações à Comunidade Vida e Paz são para apoio a pessoas sem-abrigo e em situação de vulnerabilidade social. **AL**



### A EPAL doa folhas de acetato para produção de viseiras

A EPAL associou-se à iniciativa solidária promovida pela 3DMask Portugal, que tem por objetivo reunir voluntários individuais, com acesso a impressora 3D, na produção de viseiras de proteção que serão doadas a hospitais e outras instituições de saúde. A EPAL respondeu ao pedido, reunindo e entregando todas as folhas de acetato que tinha em seu poder, para que os voluntários possam continuar a produzir este equipamento para os profissionais de saúde. **AL**



### EPIS - Empresários pela Inclusão Social



52 alunos dos 2.º e 3.º ciclos de onze concelhos do Continente (Alenquer, Amadora, Évora, Lagoa, Loures, Mafra, Odivelas, Oeiras, Peniche, Torres Novas e Sintra) e duas ilhas dos

Açores (Faial e Terceira) já podem acompanhar o ensino à distância a partir dos seus computadores e acessos à internet, doados pela EPAL e AdVT.

Garantida a inclusão digital dos alunos, fica facilitado o seu caminho para o sucesso escolar.

Para assinalar a entrega de computadores, a EPAL participou numa sessão virtual com os alunos. **AL**

Partilhamos a mensagem enviada pelo diretor-geral da Associação:

“É com enorme satisfação que comunicamos que os 52 computadores portáteis oferecidos pela EPAL e Águas do Vale do Tejo foram todos entregues a 52 alunos EPIS de 20 escolas de 12 concelhos em que as empresas têm presença: 22 raparigas e 30 rapazes. Destes 52 alunos, 14 receberam ainda uma placa de acesso à internet com o Vosso apoio. Os 52 alunos beneficiários enquadram-se no grupo de prioridade mais alta desta campanha, que corresponde a candidaturas de jovens que responderam (1) não haver nenhum computador em sua casa e (2) terem o Pai e a Mãe ambos em situação de desemprego ou equivalente. Os computadores foram entregues nas escolas destes alunos e, posteriormente, através dos mediadores EPIS, aos alunos e encarregados de educação. Ao longo deste 3.º período, promoveremos um encontro remoto entre os doadores e os alunos beneficiários, que já está a ser agendado com a equipa da EPAL. Sem mais de momento, reiteramos o agradecimento pelo generoso apoio da EPAL e à Águas do Vale do Tejo e deixamos os nossos melhores cumprimentos. Muito obrigado, EPAL e Águas do Vale do Tejo!”

**Diogo Simões Pereira**  
Diretor-geral da Associação EPIS

# COVID-19

## Regras de utilização dos refeitórios e bares



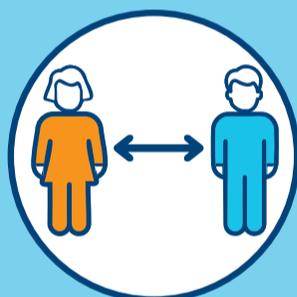
Ao utilizar este espaço, não fique mais do que o tempo necessário



O uso da máscara é obrigatório em todos os espaços fechados de utilização comum



Respeite a lotação do espaço



Mantenha uma distância de segurança de, pelo menos 2 metros



Lave ou desinfete as mãos à entrada e saída, antes e depois de comer ou beber



Adote medidas de etiqueta respiratória e evite tocar no nariz, olhos e boca aquando da utilização dos equipamentos da copa



Respeite os turnos de acesso ao refeitório e respetivos períodos de limpeza e desinfeção



Mantenha as mesas e cadeiras onde as encontrou



Não partilhe comida, nem objetos pessoais



Respeite os circuitos de circulação definidos

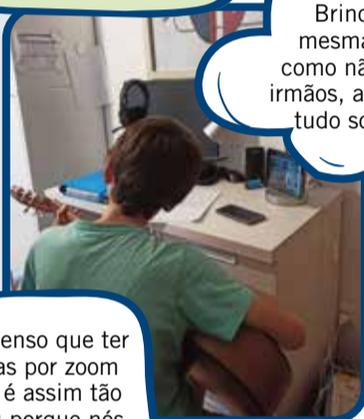
O cumprimento destas recomendações é a melhor forma de minimizar os riscos para todos. Contamos com a sua colaboração. Adote comportamentos responsáveis e conscientes.

## As nossas crianças e adolescentes em tempos de COVID

No início estava a gostar mais de estar em casa, porque passava mais tempo com os pais, mas afinal ir à escola era melhor, porque agora tenho muitos mais trabalhos para fazer, perco muito mais tempo a enviá-los para a professora e os pais estão sempre ocupados a trabalhar.

Atravemo-nos a dizer que talvez estejam mais perto de nós do que nunca, mais tempo connosco do que alguma vez estiveram. Sem aulas presenciais, 24 horas num dia dividido com os pais que se encontram em trabalho remoto. Têm agora aulas on-line, trabalhos autónomos, atividades não presenciais, preparam-se para exames e os amigos só se encontram através de ecrãs. A vida das crianças e adolescentes deu uma volta que, acreditamos, também não seja fácil para eles. Por isso, esta página é dos filhos dos Trabalhadores da EPAL e da AdVT.

O mês de junho é deles e, mesmo que alguns já estejam grandinhos, serão para sempre as nossas crianças.



Brinco na mesma, mas como não tenho irmãos, agora faço tudo sozinha.



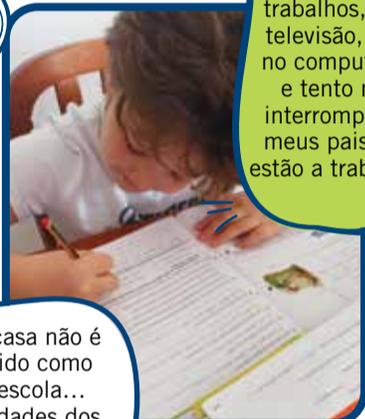
Estar em casa não é tão divertido como estar na escola... Tenho saudades dos amigos!



"AL"



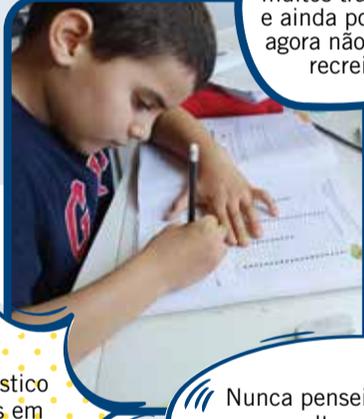
Uma só palavra. Chato.



Faço os trabalhos, vejo televisão, jogo no computador e tento não interromper os meus pais que estão a trabalhar.



Eu penso que ter aulas por zoom não é assim tão mau porque nós podemos ver e ouvir as pessoas e, acima de tudo, podemos ter aulas em casa mas é um pouco mau quando ficamos sem net ou sem eletricidade.



Tenho na mesma muitos trabalhos e ainda por cima agora não tenho recreio.



Penso que é vantajoso ter aulas por zoom do que não ter aulas especialmente porque conseguimos acompanhar a matéria

Estar em casa não é tão divertido como estar na escola... Tenho saudades dos amigos!



Durante este período foi difícil não ter liberdade mas aproveitei para pintar.



Tenho tentado levar este tempo com alguma positividade e com esperança que tudo volte ao normal mais rapidamente possível.



Acho fantástico fazer aulas em casa, é mais divertido e tenho uma pausa gigante.



Nunca pensei dizer isto... quero voltar para a minha escola.



Um Pesadelo. Sem amigos, sem colegas, sem saídas... pegaram no melhor que tinha o Técnico e tiraram, ficou o pior para lidarmos com isso sozinhos.



Tenho saudades de abraçar os meus avós.



Ao início não foi fácil mas acabei por conseguir adaptar-me. Até melhorei as minhas notas. Mas tenho saudades dos amigos e do Colégio



Quero a minha vida de volta.

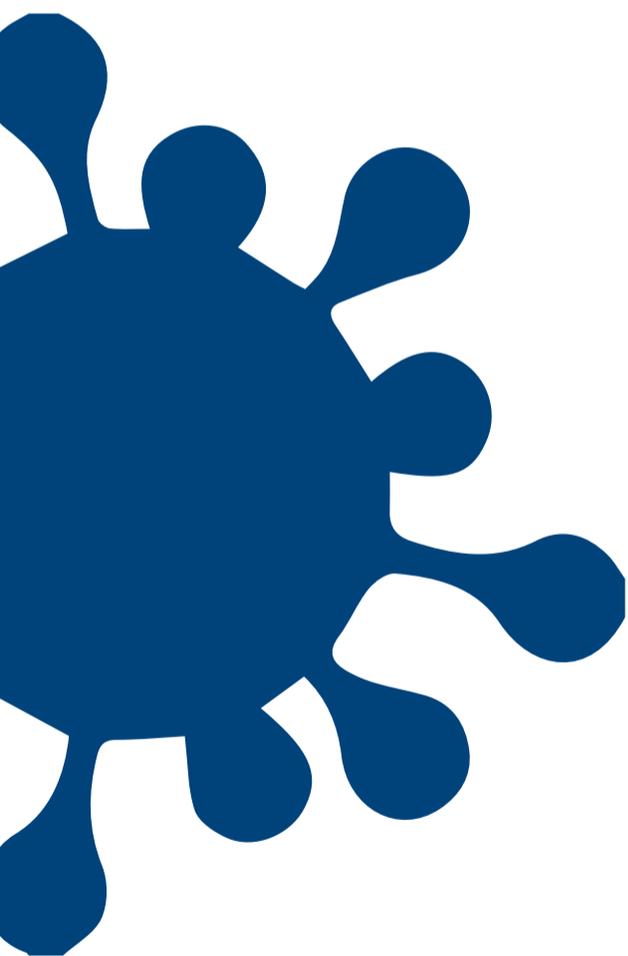
Tenho saudades dos meus amigos.



Pensei que fosse pior, até estou a passar bem.

### O jardim

O jardim é muito bonito  
Temos plantas folhas flores  
e coisas muito giras  
que nós não imaginamos  
Por dentro do jardim  
Há um ser  
Um ser que nós não conhecemos  
uma nova espécie  
Esse ser tem  
dentro dele um coração  
um coração pequeno  
que se tornará grande  
quando sair e vir  
a beleza que há na rua  
Clara, 8 anos



Águas  
livres

**Propriedade:**  
EPAL - Empresa Portuguesa das  
Águas Livres S.A.  
Publicação mensal -  
distribuição gratuita  
**Edição:**  
Legal Nº 8463/85 - Registado  
na DGCS sob o Nº 100 361  
**Impressão e acabamento**  
Estria - 1 300 exemplares.  
Este Jornal é impresso em papel  
reciclado e foi redigido segundo o  
Novo Acordo Ortográfico.

**Direção:** Mónica de Bastos Rosa, Celeste Santos Anselmo e Raquel Simões

**O "AL" agradece a colaboração especial de:** Alexandra Cristóvão, Ana Margarida Luís, Anita Bento Ferreira, Bruno Cortes Lopes, Francisco Fialho Serranito, Joaquim Sereno, José Eduardo Fialho, Marcos Faria Miguel, Marcos Sá Rodrigues, Maria Clara Batista, Maria Virgínia Boto, Mariana Castro Henriques, Pedro Fontes, Rui Neves Carneiro.

**Agradece também as partilhas de** Alberto José Martins, António Soares, Cláudia Costa, Elisa Soares, Fábio Salgueiro, Fradique Martins, José Pedro Almeida, Manuela Travanca, Margarida Filipe Ramos, Maria Manuela Ramos, Nuno Fonseca, Nuno Penedos, Pedro Guimarães, Ricardo Silva, Rui Oliveira.

Obrigada pelas tantas fotografias que vários colegas fizeram chegar ao "AL".

Um último agradecimento às nossas crianças e jovens que tanto enriqueceram o "AL" com as suas fotografias e a partilha dos seus pensamentos e sentimentos.