

08 de julho
a 25 de julho

ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA



MUNICÍPIOS FASE 1



O QUE É PERMITIDO?

Desde que no cumprimento das orientações definidas pela DGS, é permitida:

- a) A prática de todas as atividades de treino e competitivas profissionais e equiparadas, desde que sem público;
- b) A prática de todas as atividades de treino e competitivas amadoras, incluindo de escalões de formação, sendo admitida a presença de público desde que com lugares marcados, distanciamento e com limite de lotação correspondente a 33% da lotação total do recinto desportivo;
- c) A prática de todas as atividades de treino e competitivas amadoras, incluindo de escalões de formação, fora de recintos desportivos, sendo admitida a presença de público com limites de lotação e regras a definir pela DGS;
- d) A prática de atividade física ao ar livre e em ginásios e academias.

HORÁRIOS:

Abertura: antes das 10h00

Encerramento: 1h00



Restantes municípios



MUNICÍPIOS RISCO ELEVADO



O QUE É PERMITIDO?

A prática de atividade física e desportiva, em contexto de treino e em contexto competitivo, pode ser realizada sem público, desde que no cumprimento das orientações definidas pela DGS.

HORÁRIOS:

Abertura: antes das 10h00

Encerramento: 22h30 (Instalações desportivas onde ocorra prestação de serviços, cujo funcionamento seja admitido nestes municípios)



Albergaria-a-Velha; Alenquer; Aveiro; Azambuja; Bombarral; Braga; Cartaxo; Constância; Ílhavo; Lagoa; Matosinhos; Óbidos; Palmela; Paredes de Coura; Portimão; Rio Maior; Salvaterra de Magos; Santarém; Setúbal; Sines; Torres Vedras; Trancoso; Trofa; Viana do Alentejo; Vila nova de Famalicão; Vila Nova de Gaia; Viseu.



MUNICÍPIOS RISCO MUITO ELEVADO

“

O QUE É PERMITIDO?

Desde que no cumprimento das orientações específicas da DGS, é permitida:

- a) A prática de todas as atividades de treino e competitivas profissionais e equiparadas, desde que sem público;
- b) A prática de todas as atividades de treino e competitivas, desde que sem público, de modalidades desportivas de baixo e médio risco descritas nas competentes orientações da DGS;
- c) A prática de atividade física ao ar livre, em grupos de até seis pessoas;
- d) A prática de atividade física e desportiva em ginásios e academias, estando proibida a realização de aulas de grupo e de modalidades desportivas que não sejam de baixo ou médio risco de acordo com as orientações da DGS.

HORÁRIOS:

Abertura: antes das 10h00

Encerramento Prestação Serviços:

Dias úteis: 21h00

Fins-de-semana e feriados: 15h30



Albufeira; Alcochete; Almada; Amadora; Arruda dos Vinhos; Avis; Barreiro; Cascais; Faro; Lagos; Lisboa; Loulé; Loures; Lourinhã; Mafra; Mira; Moita; Montijo; Mourão; Nazaré Odivelas; Oeiras; Olhão; Porto; Santo Tirso; São Brás de Alportel; Seixal; Sesimbra; Silves; Sintra; Sobral de Monte Agraço; Vagos; Vila Franca de Xira.

”

LIMITAÇÕES DE CIRCULAÇÃO AML

“

Encontram-se excecionadas as deslocações para desempenho de funções **profissionais ou equiparadas**, desde que devidamente atestadas.

São equiparadas a atividades profissionais as atividades de **atletas de alto rendimento, de seleções nacionais das modalidades olímpicas e paralímpicas, da 1.ª divisão nacional ou de competição de nível competitivo correspondente de todas as modalidades dos escalões de seniores masculino e feminino, os que participem em campeonatos internacionais, a atividade de acompanhantes destes atletas em desporto adaptado, bem como as respetivas equipas técnicas e de arbitragem.**

É ainda admitida a circulação mediante **apresentação de comprovativo de realização laboratorial de teste** de amplificação de ácidos nucleicos (TAAN) ou de teste rápido de antigénio (TRAg) para despiste da infeção por SARS -CoV -2 com resultado negativo, realizado, respetivamente, nas 72 ou 48 horas anteriores à sua apresentação, ou, alternativamente, mediante apresentação do Certificado Digital COVID da União Europeia, o qual dispensa a apresentação de comprovativo de realização de teste para despiste da infeção por SARS -CoV -2.

Limitações Circulação Municípios Risco Elevado e Risco Muito Elevado: Considerando a Resolução do Conselho de Ministros n.º 86-A/2021, de 1 de julho, foi aditado que em municípios de risco elevado e muito elevado, diariamente, no período compreendido entre as 23h00 e as 05h00, os cidadãos devem abster-se de circular em espaços e vias públicas, bem como em espaços e vias privadas equiparadas a vias públicas, e permanecer no respetivo domicílio, sem prejuízo das exceções previstas no artigo 11.º do Decreto n.º 9/2020, de 21 de novembro.

”