



PLANO DE CONTINGÊNCIA

COVID-19

versão 5.0
setembro de 2020

ÍNDICE GERAL

1.	INTRODUÇÃO	3
2.	POPULAÇÃO ALVO	3
3.	OBJETIVOS	3
4.	COORDENAÇÃO DO PLANO E DAS AÇÕES	4
5.	TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19	4
6.	MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19	5
7.	MEDIDAS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19 ADOTADAS NO COLÉGIO	5
8.	MEDIDAS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19 A ADOTAR PELOS UTENTES (ALUNOS E ENCARGADOS DE EDUCAÇÃO)	8
9.	PROCEDIMENTOS EM CASOS SUSPEITOS	9
10.	PROCEDIMENTOS EM CASOS SUSPEITOS VALIDADOS	11
11.	PROCEDIMENTOS EM CASO CONFIRMADO	12
	ANEXO I – LAVAGEM DAS MÃOS	13
	ANEXO II - MEDIDAS PREVENTIVAS EM CRECHES	14
	ANEXO III – MEDIDAS GERAIS	15
	BIBLIOGRAFIA	16

1. INTRODUÇÃO

De acordo com os mais recentes dados da Direção Geral de Saúde (DGS) sobre a evolução da propagação da doença provocada pelo novo Coronavírus SARS-CoV-22, agente causal da COVID-19 e nas recomendações sugeridas pela Orientação n.º 6/2020 de 26/02/2020 da DGS sobre os procedimentos de prevenção e controlo de infeção pelo novo vírus, o Colégio de Nossa Senhora da Conceição elaborou um conjunto de medidas de prevenção e contenção de transmissão da doença.

Na necessidade de proteger toda a comunidade educativa, a direção aprovou o presente Plano de Contingência, respeitando o disposto no Despacho n.º 2836-A/2020, de 02/03/2020. O presente plano será revisto e atualizado sempre que se verificar necessidade, nomeadamente pela existência de novas recomendações ou imposições por parte das autoridades competentes.

2. POPULAÇÃO ALVO

Comunidade do Colégio de Nossa Senhora da Conceição (estudantes, trabalhadores docentes e não docentes).

3. OBJETIVOS

1. Determinar as necessidades e recursos para uma resposta efetiva proporcionada ao nível de risco;
2. Comunicar e capacitar a comunidade do Colégio de Nossa Senhora da Conceição com informação e conhecimento atualizado e fidedigno;
3. Implementar medidas de prevenção adequadas;
4. Detetar precocemente os casos de doença e os seus contactos facilitando a articulação e ligação aos serviços de saúde adequados;
5. Assegurar uma resposta coordenada com outras instituições e organizações;
6. Assegurar a continuidade do processo de ensino e aprendizagem do Colégio de Nossa Senhora da Conceição;
7. Minimizar o efeito da epidemia na comunidade do Colégio de Nossa Senhora da Conceição.

4. COORDENAÇÃO DO PLANO E DAS AÇÕES

1. A coordenação do plano de contingência é da responsabilidade de Estrela Viana, que poderá ser contactado em qualquer momento para 253 424200 ou geral@colegionsconceicao.pt.
2. Qualquer ação no âmbito do plano deverá ser prontamente comunicada ao coordenador que é quem fará a articulação que se mostrar necessária com as autoridades (serviços de saúde, Direção-Geral da Saúde, Direção-Geral dos Estabelecimentos Escolares) e com os encarregados de educação.
3. Qualquer dúvida quanto ao plano de contingência por parte de qualquer membro da comunidade educativa deverá ser esclarecida junto do coordenador.
4. O coordenador do plano é apoiado nas suas funções por Cidália Teixeira, Diretora Pedagógica, Carla Lezon, Coordenadora do Ensino Pré-Escolar, e Rosalina Odete Matos, Coordenadora da Creche.
5. António Costa, chefe dos Serviços Administrativos, é o responsável pelo plano junto de todo o pessoal docente e alunos. Sofia Freitas, responsável do pessoal não docente, fica incumbida de atuar junto de todo o pessoal não docente.
6. Cada líder intermédio (serviços administrativos, cantina e serviços de limpeza) é responsável por garantir que as pessoas da sua equipa cumprem as medidas de higiene e outras definidas no plano.

5. TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19

A COVID-19 é uma doença causada pela infeção pelo novo Coronavírus (SARS-CoV-2). A doença manifesta-se predominantemente por sintomas respiratórios, nomeadamente febre ($\geq 38^{\circ}\text{C}$), tosse e dificuldade respiratória, podendo também existir outros sintomas, entre os quais odinofagia (dor de garganta) e dores musculares generalizadas.

Com base na evidência científica atual, este vírus transmite-se principalmente através de:

- Contacto direto: disseminação de gotículas respiratórias, produzidas quando uma pessoa infetada tosse, espirra ou fala, que podem ser inaladas ou pousar na boca, nariz ou olhos de pessoas que estão próximas (< 2 metros).
- Contacto indireto: contacto das mãos com uma superfície ou objeto contaminado com SARS-CoV-2 e, em seguida, com a boca, nariz ou olhos.

6. MEDIDAS GERAIS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19

As medidas gerais que qualquer pessoa deve seguir para prevenir a transmissão de vírus respiratórios são as seguintes:

- Lavar as mãos com frequência (durante cerca de 20 segundos) – com sabão e água ou esfregar as mãos com gel alcoólico, se não for possível lavar as mãos. Se as mãos estiverem visivelmente sujas, devem ser usados preferencialmente sabão e água.
- Cobrir a boca e o nariz com um lenço de papel descartável, sempre que for necessário assoar-se, tossir ou espirrar. O lenço de papel deverá ser descartado num caixote de lixo e, em seguida, deverão ser lavadas as mãos. Na ausência de lenços de papel descartável, poder-se-á tossir ou espirrar para a prega do cotovelo. Nunca se deve tossir nem espirrar para o ar ou para as mãos.

As pessoas que sintam tosse, febre ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) ou dificuldade respiratória devem permanecer em casa e não se deslocar para o seu local de trabalho, para o Colégio de Nossa Senhora da Conceição ou estabelecimentos de saúde.

Deve-se:

- Evitar tocar nos olhos, nariz e boca sem ter lavado as mãos.
- Evitar contacto próximo com pessoas com tosse, febre ou dificuldade respiratória.
- Limpar e desinfetar frequentemente objetos e superfícies de utilização comum.
- Em caso de sintomas ou dúvidas contactar a Linha SNS24: 808 24 24 24. Não deve deslocar-se diretamente para nenhum estabelecimento de saúde.
- Consultar regularmente informação em www.dgs.pt

7. MEDIDAS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19 ADOTADAS NO COLÉGIO DE NOSSA SENHORA DA CONCEIÇÃO PARA A CRECHE

De acordo com a Orientação nº 25/2020 de 13/05/2020 da DGS “medidas de prevenção e controlo em creches”, o Colégio de Nossa Senhora da Conceição tomou uma série de medidas relativamente às normas de conduta de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19 na Instituição e que são:

1. Todos os colaboradores foram informados sobre o presente plano de contingência e das respetivas medidas de prevenção e controlo da transmissão da COVID-19;

2. Foram colocados dispensadores de solução à base de álcool nos espaços (entrada, refeitório, salas de atividades).
3. Os colaboradores foram informados sobre lavagem e desinfecção de mãos, etiqueta respiratória, regras de distanciamento social (nomeadamente durante os seus intervalos), colocação e descarte de máscaras, bem como todas as regras e medidas implementadas;
4. Os profissionais de limpeza conhecem bem os produtos a utilizar (detergentes e desinfetantes), as precauções a ter com o seu manuseamento, diluição e aplicação em condições de segurança, como se proteger durante a realização do seu trabalho e como garantir uma boa ventilação dos espaços durante a limpeza e desinfecção.
5. As instalações sanitárias e conforme já se verificava anteriormente com água, sabão líquido com dispositivo doseador e toalhetes de papel de uso único, para a promoção de boas práticas de higiene, nomeadamente a higienização das mãos;
6. As instalações, brinquedos, vidros e demais equipamentos foram todos sujeitos a higienização;
7. As crianças e colaboradores devem lavar/desinfetar as mãos regularmente (durante pelo menos 20 segundos):
 - Antes de sair de casa;
 - Ao chegar ao colégio (as crianças serão ajudadas pelo adulto para a sua realização de forma correta);
 - Após usar a casa de banho (as crianças serão ajudadas pelo adulto para a sua realização de forma correta);
 - Após intervalos e atividades (as crianças serão ajudadas pelo adulto para a sua realização de forma correta);
 - Durante as rotinas de sala (as crianças serão ajudadas pelo adulto para a sua realização de forma correta);
 - Antes e após as refeições, incluindo lanches (as crianças serão ajudadas pelo adulto para a sua realização de forma correta);
8. Abrir as janelas/portas para arejamento e ventilação natural:
 - Salas de atividades durante os intervalos e/ou sempre que possível durante as atividades, sem comprometer a segurança das crianças;
 - Os equipamentos de ar condicionado não funcionarão em modo de recirculação de ar, sendo privilegiada a ventilação natural de todos os espaços;

9. Higienizar as salas, instalações sanitárias, áreas comuns e superfícies que estão à altura das crianças e nas de maior contato, (ex.: maçanetas/puxadores das portas; brinquedos, mesas) com produtos desinfetantes com maior frequência diária e de acordo com a orientação nº 014/2020 de 21/03/2020 da DGS;
10. Qualquer zona, equipamento e objeto será imediatamente higienizado, se tiver tido contato com secreções das crianças;
11. As atividades ocorrerão em pequenos grupos, por sala/recreio e desfasados, de modo a garantir o distanciamento físico entre crianças e sem comprometer o normal funcionamento lúdico-pedagógico;
12. Foram retirados todos os brinquedos/materiais não laváveis das salas de atividades;
13. Os brinquedos laváveis serão higienizados duas/três vezes por dia;
14. Assegurar, sempre que possível, que as crianças não partilhem objetos ou que os mesmos são devidamente desinfetados entre utilizações;
15. Os catres, as camas de grades e as carteiras serão mantidos a 1.5-2m. de distância entre eles aquando da sesta/aula, de modo a permitir o distanciamento;
16. Está garantida a utilização por aluno de um catre/cama de grades/carteira;
17. Os serviços de limpeza e descontaminação ocorrerão antes e depois da sesta/das aulas;
18. Todos os colaboradores usarão máscara e batas que serão diariamente lavadas na Instituição;
19. Todos os colaboradores dispõem de roupa de uso exclusivo no interior do colégio. Deve ser evitado o uso de joias, (ex. anéis, pulseiras) no local de trabalho;
20. Todos os colaboradores deverão ter uma muda de roupa no interior do colégio;
21. Todos os colaboradores serão verificados em termos de temperatura corporal no início da jornada laboral;
22. As pausas para almoço dos colaboradores ocorrerão diferenciadas e em local exclusivo, de modo a manter o distanciamento social;
23. Foram criadas duas salas de isolamento, segundo orientação da DGS, em local diferenciado das salas de atividades (sala número 1 para o ensino pré-escolar e gabinete junto à secretaria para os 1., 2. E 3. CEB);
24. As refeições das crianças (almoço e lanche) serão realizadas por sala e em horários alternados, sendo o espaço higienizado a cada mudança;
25. Na creche e no pré-escolar, as idas à casa de banho serão realizadas com 2 crianças de cada vez, no máximo. As portas ficarão, sempre que possível, abertas, evitando contato com as mesmas.

26. Serão privilegiadas atividades de exterior (sempre que possível) ao invés da sala de atividades;
27. As atividades de exterior deverão ser realizadas por grupo/turma e, alternadamente, por forma a evitar cruzamento de crianças e colaboradores;
28. A roupa suja deverá ir para casa em saco plástico fechado;
29. Evitar tocar na face, olhos ou boca da criança sem ter as mãos higienizadas;
30. Lavar as mãos, o pescoço e qualquer local tocado pelas secreções das crianças;
31. Trocar de roupa, sempre que necessário, perante a existência de secreções. Esta troca de roupa deverá ser acompanhada de posterior lavagem das mãos. Deve estender-se esta medida às crianças;
32. O acesso ao interior das instalações está limitado aos profissionais do Colégio de Nossa Senhora da Conceição ou pessoal devidamente autorizado pela Instituição;
33. O acesso à sala de atividades está limitado apenas aos profissionais afetos à mesma.

Não será autorizada a entrar no colégio qualquer pessoa (membro da comunidade educativa ou outro) que manifeste sintomas de febre, tosse ou dificuldade respiratória.

Não será autorizada a entrar no colégio qualquer pessoa (membro da comunidade educativa ou outro) que não esteja a utilizar máscara.

8. MEDIDAS DE PREVENÇÃO DE TRANSMISSÃO DO CORONAVÍRUS COVID-19 A ADOTAR PELOS UTENTES (PAIS E CRIANÇAS)

1. Na receção do colégio não será permitida a presença de encarregados de educação e demais cuidadores;
2. A entrega/recolha das crianças ocorrerá junto à porta de acesso de cada setor;
3. É obrigatório o uso de máscara/viseira aos cuidadores no momento da entrega/recolha da criança;
4. Todas as crianças serão entregues à equipa na entrada estipulada e está vedado o acesso ao interior das instalações;
5. Todas as crianças serão verificadas à entrada em termos de temperatura corporal e não será permitida a entrada das mesmas, caso esta apresente algum dos sintomas;
6. A entrega e recolha das crianças deverá ocorrer preferencialmente pelo mesmo cuidador;
7. Será vedada a utilização de brinquedos provenientes do ambiente familiar;

8. Não será permitida a guarda de objetos pessoais na recepção do colégio (carrinhos, cadeiras de viagem, etc.)
9. Deverá ser disponibilizado calçado confortável para as crianças e de utilização exclusiva dentro da instituição (só no ensino pré-escolar);
10. As crianças com sintomas de qualquer doença não deverão ser trazidas para o colégio em conformidade com o Regulamento Interno do estabelecimento;
11. Não devem trazer mochila diariamente, apenas um saco com 2 mudas de roupa e/ou outros materiais. Estes ficarão no colégio e deverão ser repostas sempre que solicitado;

9. PROCEDIMENTOS EM CASOS SUSPEITOS

São considerados casos suspeitos todos os indivíduos que apresentem os seguintes critérios clínicos e epidemiológicos:

1. Critérios clínicos:

- Febre, tosse, dificuldade respiratória, dores musculares, cefaleias, fraqueza generalizada;

2. Critérios epidemiológicos:

- Viagem para áreas com transmissão comunitária ativa nos 14 dias anteriores ao início de sintomas ou contacto com caso confirmado ou provável de infeção por COVID-19, nos 14 dias antes do início dos sintomas ou profissional de saúde ou pessoa que tenha estado numa instituição de saúde onde são tratados doentes com COVID-19.

Sempre que uma criança ou funcionário docente ou não docente apresente sintomas enquadráveis nos critérios clínicos ou epidemiológicos é acionado o Plano de Contingência:

- Encaminhamento do “doente” para a sala de isolamento pelo responsável que faz parte da estrutura do plano conforme se trate de uma criança/aluno, um funcionário docente ou não docente.
- Fica definido que o caso suspeito será encaminhado do local onde se encontra até onde foi instalada a sala de isolamento e a pessoa ou criança não pode tocar em quaisquer superfícies nem interagir com terceiros. O caso suspeito dever-se-á manter na mesma, podendo apenas ausentar-se para idas ao W.C. A saída do caso suspeito será realizada pela porta existente na sala de isolamento que dá acesso ao exterior.
- Sempre que ocorra um caso suspeito a coordenadora do plano, Diretora Estrela Viana, deve ser imediatamente contactada. No caso de não se encontrar no estabelecimento devem ser contactadas as ou-

tras pessoas que fazem parte da coordenação do plano (Cidália Teixeira, Carla Lezon, Rosalina Odete Matos).

- A sala de isolamento cumpre todos os requisitos recomendados pela DGS;
- O colaborador responsável por acompanhar e prestar assistência ao suspeito com sintomas deve colocar, antes de se iniciar esta assistência, uma máscara cirúrgica e luvas descartáveis, para além do cumprimento das precauções básicas de controlo de infeção quanto à higiene das mãos, após contacto com o caso suspeito.
- O caso suspeito deve usar uma máscara cirúrgica, se a sua condição o permitir. A máscara deverá ser colocada pelo próprio e este deverá verificar se a máscara se encontra bem ajustada (ou seja: ajustamento da máscara à face, de modo a permitir a oclusão completa do nariz, boca e áreas laterais da face). Sempre que a máscara estiver húmida, o caso suspeito deverá substituí-la por outra.
- Nas situações de identificação de casos suspeitos, o Encarregado de Educação da criança é informado pelo Colégio de Nossa Senhora da Conceição e deve dirigir-se de imediato ao colégio.
- O Encarregado de Educação contacta, diante do Coordenador do Plano de Contingência, a Linha de SNS24 (808 24 24 24) e aguarda as indicações da equipa de saúde deste serviço.
- Após avaliação da Linha SNS 24, e caso se trate de facto de um caso suspeito de COVID-19, este serviço de saúde (Linha SNS 24) contacta a Linha de Apoio ao Médico para validação da suspeição. Desta validação o resultado poderá ser:
 - Caso Suspeito Não Validado: fica encerrado para COVID-19. O SNS 24 define os procedimentos habituais e adequados à situação clínica da criança ou colaborador.
 - Caso Suspeito Validado: a DGS informa o Encarregado de Educação e a Autoridade de Saúde Regional, iniciando-se a investigação epidemiológica e a gestão de contactos. Após esta confirmação a Diretora deve informar a comunidade educativa.

10. PROCEDIMENTOS EM CASOS SUSPEITO VALIDADO

Na situação de caso suspeito validado:

1. A criança doente deverá ser transportada para o hospital de referência, onde serão colhidas as amostras biológicas para realização de exames laboratoriais.
2. O acesso de outras crianças ou colaboradores à área de isolamento fica interdito (exceto se a pessoa em isolamento for aluno menor, caso em que estará acompanhado por um adulto especialmente protegido e formado).
3. O caso suspeito validado deverá permanecer na área de isolamento até à chegada do Encarregado de Educação, de forma a restringir, ao mínimo indispensável, o contacto deste caso com outra(s) crianças ou colaboradores.
4. A DGS informa a Autoridade de Saúde Regional dos resultados laboratoriais, que por sua vez informa a Autoridade de Saúde Local. A Autoridade de Saúde Local informa a Direção dos resultados dos testes laboratoriais e:
 - a) Se o caso for confirmado, este fica encerrado para COVID-19, sendo aplicados os procedimentos habituais do Colégio de Nossa Senhora da Conceição, incluindo limpeza e desinfeção da sala de isolamento.
 - b) Se o caso for confirmado, a área de isolamento deve ficar interdita até à validação da descontaminação (limpeza e desinfeção) pela Autoridade de Saúde Local.

11. PROCEDIMENTOS EM CASO CONFIRMADO

Na situação de caso confirmado, a Direção deve:

1. Esperar indicações da Delegada de Saúde;
2. Providenciar a limpeza e desinfecção da sala de isolamento;
3. Reforçar a limpeza e desinfecção principalmente, nas superfícies frequentemente manuseadas e mais utilizadas pelo doente confirmado, com maior probabilidade de estarem contaminadas. Dar especial atenção à limpeza e desinfecção das salas de atividade, brinquedos, mobiliário, mesas de refeição, secretárias, incluindo materiais e equipamentos utilizados pelo caso confirmado;
4. Os resíduos produzidos pelo caso confirmado serão acondicionados em duplo saco de plástico, resistente, fechado com dois nós apertados, preferencialmente com um adesivo/atilho e devem ser colocados em contentores de resíduos coletivos após 24 horas da sua produção (nunca em ecopontos).

Será recomendado pela Delegada de Saúde que as crianças e colaboradores da turma fiquem em isolamento profilático durante 14 dias, na seguinte situação:

- Um caso confirmado num grupo/turma (os envolvidos ficam em isolamento profilático e seguem as directrizes da DGS);

Na situação acima descrita, o par pedagógico/docente define um plano de atividades para os alunos, de modo a diminuir o impacto da ausência dos mesmos.

Esse plano de atividades é enviado aos cuidadores.

O encerramento total ou parcial do Colégio de Nossa Senhora da Conceição pode ainda ocorrer por indicação da DGS.

ANEXO I

COVID-19

LAVAGEM DAS MÃOS



Duração total do procedimento: 20 segundos



Molhe as mãos



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



Esfregue o polegar esquerdo em 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



Esfregue o pulso esquerdo com a mão direita e vice versa



Enxague as mãos com água



Seque as mãos com um toalhete descartável

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS



ANEXO II

COVID-19

MEDIDAS PREVENTIVAS EM CRECHES



RESTRIÇÕES DE VISITAS: OS PAIS DEVEM DEIXAR E IR BUSCAR OS FILHOS NO EXTERIOR DA CRECHE



OS PROGRAMAS E ATIVIDADES ESCOLARES DEVEM SER ORGANIZADOS EM PEQUENOS GRUPOS*



SUSPENSÃO DE TODAS AS EXCURSÕES E VISITAS DE ESTUDO



AS CRIANÇAS DEVEM DIRIGIR-SE DIRETAMENTE ÀS SUAS SALAS DE AULA AO CHEGAR À ESCOLA



MAXIMIZAR A DISTÂNCIA ENTRE PESSOAS, INCLUINDO NO PERÍODO DE REFEIÇÕES



NÃO LEVAR BRINQUEDOS OU OUTROS ARTIGOS QUE NÃO SEJAM INDISPENSÁVEIS PARA A ESCOLA



NAS SALAS EM QUE AS CRIANÇAS SE SENTEM OU CIRCULAM NO CHÃO, DEVEM DEIXAR O CALÇADO À ENTRADA



RETIRAR DA SALA OBJETOS E BRINQUEDOS NÃO ESSENCIAIS E LIMPAR E DESINFETAR REGULARMENTE OS RESTANTES

NÃO ESQUECER:

- LAVA BEM AS MÃOS
- MANTEM JANELAS E PORTAS ABERTAS
- NÃO PARTILHE OBJETOS

* A COMUNIDADE ESCOLAR (ALUNOS, DOCENTES E NÃO DOCENTES) DEVEM MANTER O SEU GRUPO E EVITAR CONTACTAR COM PESSOAS DE OUTROS GRUPOS

#SEJAUMAGENTEDESUAUDEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

ANEXO III

COVID-19

MEDIDAS GERAIS

HIGIENE DAS MÃOS

Lave frequentemente as mãos com água e sabão ou use uma solução à base de álcool



ETIQUETA RESPIRATÓRIA

Quando espirrar ou tossir, tape o nariz e a boca com um lenço de papel ou com o braço. Deite o lenço no lixo

DISTANCIAMENTO SOCIAL

Mantenha a distância de segurança das outras pessoas de 1,5 - 2 metros



SE TIVER ALGUM DOS
SEGUINTE SINTOMAS:



TOSSE



FEBRE



DIFICULDADE
RESPIRATÓRIA

LIGUE
SNS 24

808 24 24 24

#SEJAUMAGENTEDESUADEPUBLICA
#ESTAMOSON
#UMCONSELHODADGS

BIBLIOGRAFIA

<https://covid-19.min-saude.pt/>

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 006/2020 de 26/02/2020. Procedimentos de prevenção, controlo e vigilância em empresas.

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 014/2020 de 21/03/2020. Limpeza e desinfeção de superfícies em estabelecimentos de atendimento ao público ou similares.

Direção-Geral da Saúde. Orientação número 025/2020 de 13/05/2020. Medidas de Prevenção e Controlo em Creches, Creches familiares e Amas.