



Vitória, 15 de Junho de 2020 | Circular FEVAES nº. 07/2020.

A Federação de Va'a do Espírito Santo vem através dessa circular dar orientações sobre a  
**RETOMADA GRADUAL DAS ATIVIDADES DE CANOA VA'A DURANTE A PANDEMIA.**

O Secretário Municipal de Segurança Urbana da Prefeitura Municipal de Vitória, Fronzio Calheira Mota, afirma em entrevista para o JORNAL A TRIBUNA (14/06/2020) que não existe um impedimento legal para que atividades ocorram nas praias, no entanto a FEVAES deixa bem claro que não recomenda nenhuma atividade em situações de RISCO ALTO como o que estamos vivenciando HOJE na grande Vitória. Ressalta-se que as orientações continuam as mesmas constantes no PROTOCOLO FEVAES COVID19 publicado no site WWW.FEVAES.COM.BR

Registra-se, porém, que a FEVAES, juntamente com representantes de Clubes instalados na ilha de Vitória, sugeriu à Prefeitura Municipal de Vitória, uma proposta de retomada de atividades, que está pendente de aprovação a ser aplicada em momento futuro, de acordo, principalmente, com as regras estaduais e municipais, regentes sobre a matéria. Caso aprovada, as principais diretrizes serão as seguintes:

**TREINOS EM CANOAS INDIVIDUAIS**

Em regiões com RISCO MODERADO recomendamos TREINOS INDIVIDUAIS em CANOAS INDIVIDUAIS. Em regiões com RISCO BAIXO torna-se viável treinamento em canoas individuais com no máximo 5 canoas individuais por horário, com devido distanciamento mínimo de 2 metros, higienização de equipamentos e uso de máscaras esportivas. Equipamentos não devem ser compartilhados.

**TREINOS EM CANOAS COLETIVAS OC6 / V6 / OC4:**

Treinos em canoas OC6 / V6 / OC4 são recomendados APENAS em regiões com situação de RISCO BAIXO, favor observar a TABELA DE RISCOS do PROTOCOLO FEVAES COVID19 publicado no site WWW.FEVAES.COM.BR

**TREINO NA AREIA - Sugestão de Metodologia para TREINOS EM CANOAS OC6 / V6 / OC4:**

Em caso de regiões de RISCO BAIXO, sugerimos treinos de técnica de remada, com as canoas OC6 estacionadas na areia da praia, com metade do casco da embarcação dentro da água. Com no máximo 3 alunos por canoa OC6 e um instrutor dando orientações da areia da praia. Sugerimos que os clubes e atletas aproveitem esse momento para realizar mais aulas teóricas, com foco na evolução da técnica de remada. Dessa forma vamos minimizar os riscos pois a intensidade do exercício será baixa o que vai permitir o uso de máscaras e o controle do ambiente do treino que pode ser organizado com devido distanciamento social. Sugerimos alternar treinos de técnica na areia com treinos em canoas individuais.

**Canoas Individuais (OC1/V1/OC2)**

- Higienizar (Amônia Quaternária)
- Não aglomerar na chegada e saída
- Não treinar próximo ou esteira (2m afastamento)

**Canoas Coletivas (OC6/V6/Catamarã)**

- Treinos na areia/curtos
- 3 pessoas por OC6/V6 (Respeitar as distâncias da OMS)
- 6 pessoas por Catamarã(12) (Respeitar as distâncias da OMS)
- DISTANCIAMENTO: Um banco ocupado e outro vazio de forma intercalada.
- Higienizar (Amônia Quaternária)
- Cuidado Máximo na montagem/manuseio
- Não compartilhar equipamentos (remo, colete...)

**No caso das oc2, V3 e OC4:**

Somente em caso de casais ou familiares que moram juntos.

**Amônia Quaternária**

Produto sugerido para higienização conforme recomendação Internacional de enfrentamento ao COVID 19 e certificado pelos EUA em relação a sua eficácia.

**Em todos os formatos, respeitar rigorosamente as regras da OMS e Ministério da Saúde.**



**ANEXO I:  
RECOMENDAÇÕES AOS DIRETORES DE CLUBES, ESCOLAS E ACADEMIAS DE VA'A:**

- > O Clube realizar a verificação diária de saúde de todos os alunos, atletas e funcionários.
- > Uso obrigatório de termômetro (por exemplo, infravermelho) e uma folha de registro / link da Internet para a temperatura dos atletas.
- > Qualquer pessoa que participe do clube (atleta, voluntário, funcionário etc.) deve verificar de forma proativa e regular seu estado de saúde (incluindo medir a temperatura e monitorar qualquer sintoma).
- > Realizar desinfecção e limpeza completas DIÁRIA das canoas e equipamentos antes e depois dos treinos.
- > O compartilhamento de equipamentos (REMOS, COLETES, RELÓGIOS, UNIFORMES, GARRAFAS) DEVE SER PROIBIDO.
- > Garantir a disponibilidade de instalações para lavagem de mãos, gel para mãos à base de álcool e higiene em vários locais da instalação. Forneça a cada participante do treino uma garrafa de água limpa.
- > OS CLUBES DEVEM EXIGIR A UTILIZAÇÃO DE MÁSCARAS PARA TODOS OS ATLETAS E FUNCIONÁRIOS E REALIZAR MEDIÇÃO DE TEMPERATURA DE ATLETAS E FUNCIONÁRIOS EM TODOS OS TREINOS.
- > AS SAÍDAS DE CANOAS COLETIVAS E INDIVIDUAIS DEVEM SER ALTERNADAS, CANOAS OC6 DE DE 20 EM 20 MINUTOS, PARA EVITAR AGLOMERAÇÕES;
- > Qualquer pessoa que participe do clube e esteja passando mal não deve comparecer aos treinos e deve comunicar o clube via on-line ou por telefone pelo contato designado.
- > Remadores que fazem parte de grupos em risco não devem comparecer aos treinos.
- > O Clube deve determinar onde um indivíduo diagnosticado com COVID-19 será tratado e isolado <https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/clinical-management-of-novel-cov.pdf>
- > O Clube deve determinar onde um contato de casos confirmados será colocado em quarentena [https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)](https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19))
- > O Clube deve determinar como os atletas serão notificados de um caso e da situação do COVID-19 em que estão treinando.
- > O Clube deve determinar um local onde um grande número de pessoas possa ficar em quarentena, caso exista um grande número de atletas ou equipe [https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-\(covid-19\)](https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19))
- > Predeterminar contatos de emergência com as autoridades locais de saúde.



## ANEXO II:

### WORLD HEALTH ORGANIZATION

Considerações para federações esportivas / organizadores de eventos esportivos ao planejar reuniões de massa no contexto do COVID-19 - Orientação provisória / 14 de abril de 2020

Este adendo esportivo deve ser lido em conjunto com as principais recomendações de planejamento da OMS para os Encontros em Massa no contexto do atual surto de COVID-19, que fornece conselhos gerais sobre os aspectos de saúde pública desses eventos.

Este adendo foi desenvolvido para fornecer suporte adicional aos organizadores de eventos esportivos na avaliação de riscos adicionais específicos, na identificação de atividades de mitigação e na tomada de uma decisão fundamentada em evidências sobre a continuação do evento esportivo. Orientações adicionais são fornecidas na ferramenta específica de avaliação de risco e na mitigação da agenda de esportes da OMS COVID-19.

Também devem ser consultadas orientações técnicas atualizadas sobre o COVID-19. Esses documentos serão revisados e atualizados à medida que a pandemia evoluir.

Os principais fatores a serem considerados para cada evento esportivo estão incluídos na ferramenta de avaliação de risco do adendo esportivo para coleta em massa da OMS COVID-19. Esses fatores-chave abordam questões específicas que devem ser levadas em consideração ao planejar um evento esportivo de coleta de massa. A tabela abaixo fornece uma visão geral e informações básicas de alguns desses fatores adicionais, incluindo medidas de mitigação que também serão capturadas durante o processo de avaliação de riscos.

Considerações	Comentários	Fatores de risco e lista de verificação de ações de combate à pandemia
Existem esportes que podem ser considerados de menor ou maior risco?	<p>Esportes de menor risco onde o distanciamento físico é possível, p. tiro com arco, tiro e alguns eventos de atletismo.</p> <p>Serão menos riscos se seguir o conselho de distanciamento físico para atletas, treinadores e espectadores.</p> <p>Esportes de maior risco incluem esportes de contato. Contatos físicos e íntimos entre os jogadores aumentam o risco de transmissão do COVID-19.</p>	<p>Veja detalhes na lista de verificação de ações de combate à pandemia</p> <p>Considerar:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• verificação diária de saúde dos concorrentes</li><li>• Separação física (pelo menos 2 metros) de competidores, oficiais, espectadores e equipe de apoio</li><li>• desinfecção e limpeza completas após / entre competições</li><li>• o compartilhamento de equipamentos deve ser proibido, garantindo, em particular, que garrafas e copos de água não sejam compartilhados</li><li>• considere a utilização segura dos recipientes fechados para todos os materiais de higiene descartáveis e reutilizáveis (por exemplo, lenços de papel, toalhas etc.).</li></ul>
Tamanho do evento	<p>O tamanho do evento esportivo afeta o risco.</p> <p>O distanciamento físico dos espectadores deve ser mantido para que os espectadores e a equipe de apoio estejam presentes durante o evento. Outros fatores também devem ser considerados nos diferentes grupos-alvo:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• participantes (inclui funcionários)</li><li>• espectadores</li><li>• país anfitrião (eventos internacionais)</li></ul>	<p>Veja detalhes na lista de verificação de mitigação</p> <p>A realização de eventos esportivos com assentos designados em arenas com espectadores amplamente espaçados para distanciamento físico de pelo menos 2 metros, assentos numerados para rastreamento de contatos, monitoramento de temperatura nas entradas e fornecimento de lembretes visuais como adesivos ou carimbos de pulso podem reduzir a possibilidade de contato acidental.</p>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>• outros países participantes (eventos internacionais).</li> </ul> <p>O número de participantes em relação aos espectadores em eventos esportivos é geralmente baixo. Os participantes também são um grupo conhecido, mais fácil de aconselhar, apoiar e acompanhar, se necessário, para que seja possível considerar a realização de eventos em estádios/locais fechados.</p>	
Locais internos ou externos	<p>Eventos ao ar livre serão melhor ventilados do que eventos no interior.</p> <p>Pode ser mais fácil garantir que conselhos de distanciamento físico sejam seguidos em eventos ao ar livre com assentos não designados, como corridas de cavalos, golfe, etc.</p>	<p>Veja detalhes na avaliação de risco</p> <p>Os conselhos da OMS sobre distanciamento físico devem ser mantidos durante eventos esportivos</p>
Instalações do local	<p>Requer contato com os proprietários do local para garantir que as instalações cumpram ou possam cumprir as recomendações nacionais e da OMS durante a pandemia do COVID-19.</p>	<p>Veja detalhes na lista de verificação de mitigação</p> <p>É necessária uma sala / espaço de isolamento identificado para abrigar qualquer pessoa sintomática encontrada no local enquanto aguarda o transporte do paciente para uma instalação médica.</p> <p>Além disso, é aconselhável ter um posto médico e pessoal designado no local para ajudar a avaliar casos e possíveis outras doenças.</p>
Dados demográficos (idade e saúde)	<p>Os competidores de eventos esportivos tendem a ser mais jovens e saudáveis do que os espectadores. No entanto, alguns concorrentes, treinadores e equipe de suporte podem ter condições de saúde subjacentes.</p> <p>A idade e a saúde dos espectadores e outros funcionários variam.</p>	<p>Veja detalhes na lista de verificação de mitigação</p> <p>As verificações de saúde antes da viagem e antes do evento são altamente incentivadas / obrigatórias para garantir a exclusão daqueles com possíveis riscos adicionais (comorbidades, medicamentos, alergias)</p> <p>Os espectadores podem incluir grupos vulneráveis, portanto, aconselhe alguns grupos em risco a não comparecer.</p>
Comunicação de risco	<p>Garantir que os conselhos de saúde pública estejam disponíveis antes e durante o evento para todos os participantes, funcionários e funcionários de todas as partes interessadas relevantes</p>	<p>Veja os detalhes na lista de verificação de mitigação e as recomendações dos organizadores do evento abaixo</p> <p>Exiba placas para informar os espectadores e a equipe de suporte sobre maneiras pelas quais eles podem impedir que sejam infectados pelo COVID-19 e transmitir o vírus a outras pessoas.</p>
<p>Mais informações em perguntas e respostas sobre reuniões de massa e COVID-19: <a href="https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-mass-gatherings-and-covid-19">https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-mass-gatherings-and-covid-19</a></p> <p>Uma lista de verificação das ações recomendadas está incluída abaixo para:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organizadores de eventos e Participantes.</li> </ul>		



## RECOMENDAÇÕES AOS ORGANIZADORES DO EVENTO

Essas medidas podem ajudar a obter exceções das autoridades para permitir que os atletas treinem e participem de outros eventos, como qualificações consideradas cruciais pelos organizadores. O esporte de elite é um ambiente muito controlado e os organizadores devem conseguir isso de maneira abrangente.

Considere a oportunidade de usar embaixadores do esporte para promover mensagens. É responsabilidade de todos manterem a si mesmos e aos outros saudáveis e contribuir para um evento de sucesso.

Recomendações aos organizadores do evento	
Pré-evento e durante o evento (incluindo locais)	Garanta a disponibilidade de instalações para lavagem de mãos, gel para mãos à base de álcool e higiene em vários locais da instalação e acomodação do evento.
	Garanta uma boa sinalização de higiene em todos os locais, vestiários, instalações de treinamento etc.
	Forneça serviços de primeiros socorros e médicos, incluindo prestadores médicos designados capazes de triar e encaminhar casos suspeitos para o teste COVID-19.
	A equipe médica da equipe ou a equipe do Comitê Organizador Local (LOC) nos locais devem verificar a temperatura dos competidores todos os dias, quaisquer temperaturas acima de 38 ° C devem ser relatadas ao líder médico do evento / chefe médico. Siga as orientações sobre a gestão de viajantes doentes nos pontos de entrada (aerportos internacionais, portos marítimos e passagens de terra) no contexto do COVID-19
	Garanta a capacidade de isolar casos suspeitos: <ul style="list-style-type: none"><li>• equipe / funcionários e equipe do evento</li><li>• voluntários, trabalhadores de apoio.</li></ul>
	Desenvolva e disponibilize a comunicação de riscos sobre: <ul style="list-style-type: none"><li>• características clínicas do COVID-19 e medidas preventivas, especialmente etiqueta respiratória e práticas de higiene das mãos</li><li>• os critérios para pedir às pessoas com sintomas que deixem o local ou se retirem para uma área designada</li><li>• informações sobre distanciamento físico</li><li>• informações sobre o uso de revestimentos faciais e máscaras médicas</li><li>• o significado e as implicações práticas da quarentena, auto-isolamento e auto-monitoramento no contexto do evento, p. não comparecer.</li></ul>
	Garantir a disponibilidade de luvas de borracha para a equipe e voluntários que lidam com roupas, toalhas, etc.
	Recomenda que as toalhas sejam apenas para uso único.
	Forneça a cada participante uma garrafa de água limpa.
	Disponha lenços e recipientes para descartar lenços usados com tampas em todos os ônibus e em todos os vestiários das instalações.
	Forneça a cada equipe um termômetro (por exemplo, infravermelho) e uma folha de registro / link da Internet para a temperatura dos atletas. Se isso não for possível, cada equipe pode ser equipada com um termômetro de sensor sem contato?
	Determinar onde um indivíduo diagnosticado com COVID-19 será tratado e isolado <a href="https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/clinical-management-of-novel-cov.pdf">https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/clinical-management-of-novel-cov.pdf</a>
	Determinar onde um contato de casos confirmados será colocado em quarentena <a href="https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19)">https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19)</a>
	Determine como os atletas e a equipe serão notificados de um caso e da situação do COVID-19 em que estão treinando.
	Defina um local onde um grande número de pessoas possa ficar em quarentena, caso exista um grande número de atletas ou equipe do evento <a href="https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19)">https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-quarantine-of-individuals-in-the-context-of-containment-for-coronavirus-disease-(covid-19)</a>
Predeterminar contatos de emergência com as autoridades locais de saúde.	
As máscaras médicas devem estar prontas para uso pela equipe médica dos organizadores e indivíduos doentes <a href="https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak">https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-in-the-community-during-home-care-and-in-healthcare-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak</a>	
Forneça toalhetes desinfetantes e aconselhe a equipe de limpeza do local a desinfetar maçanetas, maçanetas, maçanetas de torneiras de banheiros etc. em todas as áreas várias vezes ao dia.	



	<p>Consideração da provisão de pacotes individuais de prevenção para atletas contendo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pequenas embalagens pessoais de lenços descartáveis e sacos plásticos para descarte de lenços</li> <li>• pequeno cartão de prevenção laminado com as principais informações de relatórios</li> <li>• máscara médica para usar se estiver doente (quaisquer sintomas, incluindo febre, tosse, falta de ar)</li> <li>• embalagens pequenas de lenços à mão à base de álcool</li> <li>• embalagem pequena de copos descartáveis de plástico</li> <li>• termômetro</li> <li>• desinfetante para as mãos.</li> </ul>
Pré-evento	<p>Qualquer pessoa que participe do evento (atleta, voluntário, oficial, manipulador de alimentos etc.) deve verificar de forma proativa e regular seu estado de saúde (incluindo medir a temperatura e monitorar qualquer sintoma).</p> <p>Qualquer pessoa que participe do evento que esteja passando mal não deve comparecer ao local e ser avisada on-line ou por telefone pelo contato designado.</p> <p>A equipe e os líderes voluntários devem garantir que suas equipes e voluntários sejam informados sobre os protocolos para pacientes suspeitos e confirmados, sobre medidas de prevenção e controle de infecções e sobre onde encontrar mais informações.</p>
Durante o evento	<p>Os participantes devem estar cientes e cooperar com a equipe médica da equipe ou a equipe organizadora do evento em locais para medir a própria temperatura dos seus / ou concorrentes todos os dias, temperaturas acima de 38 ° C a serem relatadas ao líder médico do evento / chefe médico. Siga a mesma abordagem que a gestão de viajantes doentes (<a href="https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331512/WHO-2019-nCoV-POEmgmt-2020.2-eng.pdf">https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331512/WHO-2019-nCoV-POEmgmt-2020.2-eng.pdf</a>) nos pontos de entrada (aeroportos internacionais, portos marítimos e terrestres, travessias) no contexto da COVID-19</p> <p>Lave as mãos frequentemente com água e sabão. Use um desinfetante para as mãos à base de álcool, se não houver água e sabão. Estações de desinfetantes para as mãos devem estar disponíveis em todo o local do evento, nas acomodações e nos ônibus da equipe. <a href="https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-hh-community-campaign-finalv3.pdf?sfvrsn=5f3731ef_2">https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/who-hh-community-campaign-finalv3.pdf?sfvrsn=5f3731ef_2</a> <a href="https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf">https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf</a></p> <p>Cubra a boca e o nariz com um lenço de papel ou a manga (e não as mãos) ao tossir ou espirrar. Pratique etiqueta respiratória (mantenha distância: pelo menos 1 m), cubra a tosse e espirre com tecidos descartáveis ou cotovelos flexionados, lave as mãos). Se a tosse persistir, isole e consulte um médico.</p> <p>Evite o contato com pessoas doentes, inclusive o contato próximo com pessoas que sofrem de infecções respiratórias agudas. Evite o contato com alguém se estiver doente.</p> <p>As luvas devem ser usadas pela equipe e pela equipe do evento que manuseiam toalhas ou roupas no ambiente da equipe. Toalhas não devem ser compartilhadas. Os atletas não devem compartilhar roupas, sabonete em barra ou outros itens pessoais.</p> <p>Protocolo recomendado para o uso de garrafas de água:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Uma boa higiene da equipe inclui garantir que todos os jogadores, oficiais e funcionários tenham suas próprias garrafas de água para impedir a transmissão de vírus e bactérias.</li> <li>• Os frascos devem ser rotulados e lavados (com sabão da máquina de lavar louça) após cada treino ou jogo.</li> </ul> <p>Aconselhe os atletas a não tocarem suas próprias bocas ou nariz. Evite apertar as mãos ou abraçar. Evite saunas a vapor ou saunas.</p> <p>Esteja ciente da limpeza regular de itens frequentemente tocados (maçanetas, elevadores, equipamentos de ginástica etc.) <a href="https://www.who.int/publications-detail/water-sanitation-hygiene-and-waste-management-for-covid-19">https://www.who.int/publications-detail/water-sanitation-hygiene-and-waste-management-for-covid-19</a></p>

A OMS continua a monitorar a situação de perto quanto a alterações que possam afetar esta orientação provisória. Se algum fator mudar, a OMS emitirá uma atualização adicional. Caso contrário, este documento de orientação provisório expirará 2 anos após a data de publicação.

© Organização Mundial da Saúde 2020. Alguns direitos reservados. Este trabalho está disponível sob a licença CC BY-NC-SA 3.0 IGO. Número de referência da OMS: OMS / 2019-nCoV / Mass\_Gatherings\_Sports / 2020.1



O PROTOCOLO FEVAES COVID19 apresenta orientações para a prática do Va'a durante a Pandemia, de acordo com o NÍVEL DE RISCO que cada CENÁRIO pode apresentar. Esse estudo leva em consideração o PROTOCOLO OMS, LEGISLAÇÕES ESTADUAIS E MUNICIPAIS, dados do Ministério da Saúde e propõe métodos para a PRÁTICA DE VA'A de acordo com o NÍVEL DE RISCO QUE DIFERENTES CENÁRIOS PODEM APRESENTAR. As orientações oferecidas nesse documento são baseadas nos dados do Ministério da Saúde <https://covid.saude.gov.br/> e com o MAPA DE GESTÃO DE RISCOS DO ESTADO [https://saude.es.gov.br/coronavirus\\_boletim\\_epidemiologico](https://saude.es.gov.br/coronavirus_boletim_epidemiologico)

A DIRETORIA DA FEVAES está à disposição de todos os CLUBES, EMPRESAS E PRATICANTES DE VA'A do ESPÍRITO SANTO, através das redes sociais, site e telefone WHATSAPP 27 981692130 para dar suporte com orientações e assessoria técnica para que possamos superar a PANDEMIA COVID19 com saúde.

Aloha.

Atenciosamente,

Carlo de Castiglioni Teodoro  
**Presidente da FEVAES**

**DIRETORIA FEVAES:**

Carlo de Castiglioni Teodoro (Presidente);  
Rafael Horta (Diretor Executivo);  
Loïc Boireau Piazza (Diretor Financeiro);  
João Paulo Castiglioni Helal (Diretor Técnico).

FEVAES - Federação de Va'a do Espírito Santo  
[www.fevaes.com.br](http://www.fevaes.com.br)  
[fevaees@gmail.com](mailto:fevaees@gmail.com)