



# INFORMACIÓN

## FASE 1

## DESESCALADA

### ÁREAS DE ACTIVIDAD

Estas medidas afectan a toda la población con la excepción de las personas que presenten síntomas, estén en aislamiento domiciliario en cuarentena o hayan estado en contacto con una persona positiva por COVID-19

## PERSONAL Y SOCIAL

### En casa



- Usar las escaleras siempre que sea posible.
- Lavarse las manos antes de tocar objetos y superficies.
- Aseo personal tras venir de la calle.
- Limpieza de objetos como gafas, móviles, llaves...
- Ventilación a diario del domicilio.



### Paseos

- Se mantiene el horario establecido para la salida a la calle de los niños (de 12 a 19 horas), personas mayores (de 11 a 12 h y de 19 a 20 h) y la práctica de actividades deportivas o pasear (de 6 a 10 h y de 20 a 23 h.) Las comunidades podrán retrasarlas o adelantarlas dos horas.
- Los menores de 14 años podrán salir acompañados de todos los adultos con los que convivan
- Los paseos se podrán realizar en grupos de hasta 10 personas en la misma provincia, respetando la distancia de dos metros e higiene de manos. No hay límite de integrantes del grupo si las personas son convivientes.
- Apertura de parques y grandes espacios, pero se excluyen las áreas infantiles y deportivas
- Caminar por la derecha de la acera.
- Respetar la distancia de 2 metros.
- Evitar el contacto físico.
- Reuniones de hasta 10 personas en domicilios, terrazas o al aire libre para personas no vulnerables ni con patologías previas (distancia de seguridad, 2 metros)
- Velatorios con un límite de 15 personas, si es al aire libre, y diez en espacios cerrados
- La participación en la despedida para la cremación se restringe a un máximo de 15 personas entre familiares y allegados

## BARES Y RESTAURANTES



- Apertura de terrazas con limitación de ocupación al 50%
- Distancia de separación de dos metros entre mesas, máximo 10 personas por mesa
- Desinfección de mesas y sillas entre usos
- Priorizar el uso de elementos desechables y no compartir cartas, palilleros, manteles y servilleteros
- Fomentar el pago con tarjeta y desinfectar el datáfono tras cada uso.
- En el caso de establecimientos dentro de parques o centros comerciales, se permite la reapertura con las mismas condiciones de superficie que el resto de establecimientos y locales, siempre que cuenten con acceso directo e independiente desde el exterior del parque o centro comercial.

## LIBERTAD DE CIRCULACIÓN



- Se podrá circular solo por la provincia
- Será posible traspasar estos límites en el caso de motivos sanitarios, laborales, profesionales o empresariales, de retorno al lugar de residencia familiar, asistencia y cuidado de mayores, dependientes o personas con discapacidad, causa mayor o situación de necesidad
- Podrán ir en el mismo vehículo quienes compartan domicilio
- Permitidos los desplazamientos a segundas residencias, siempre que estén dentro de la misma provincia
- Se permite la movilidad interterritorial entre municipios colindantes de tránsito habitual para la realización de actividades esenciales

## TRANSPORTE

### Público

- Evitar el uso si tienes fiebre o síntomas respiratorios.
- Evitar las horas puntas.
- Evitar tocar los pasamanos, barandillas...
- Dar preferencia de asiento a personas mayores.
- Incremento progresivo de la frecuencia del transporte urbano, sobre todo en hora punta
- Oferta de servicios del 80-100% en transporte urbano e interurbano
- Media y larga distancia: Limitación del servicio al 30% de lo normal y limitación de ocupación al 50% de los vehículos
- Prohibición de catering en trenes



### Privado:

Vehículos privados: Las personas que vivan juntas pueden usar todos los asientos. Si no, máximo dos personas por fila y con mascarillas

Se permite que monten hasta dos personas en motocicletas (si el vehículo está homologado para ello). Las condiciones son:

- Utilizar casco integral (debe cubrir toda la cara, incluida la barbilla) con visera. En defecto de la visera, se puede utilizar mascarilla.
- Utilizar guantes. Los de moto se consideran válidos
- En el caso de que los dos ocupantes vivan en el mismo domicilio, podrán montar con casco abierto y sin hacer uso de la mascarilla. En ese caso, se recomienda llevar algún tipo de documento acreditativo de la convivencia
- Usos de patinetes, bicicletas... Al ser de uso individual y permitir guardar la distancia social de forma correcta, no es obligatorio el uso de mascarilla al montar en bici o en patinete.





# INFORMACIÓN

## COMERCIO



- Apertura de pequeños comercios y los servicios sin cita previa
- En el caso de servicios que no permitan el mantenimiento de la distancia, como peluquerías, centros de estética o fisioterapia, se deberá utilizar el equipo de protección y todas las medidas higiénicas adecuadas
- Los locales de más de 400 metros podrán abrir delimitando el espacio de atención al público. Deberán acotar el espacio que se reabra al público ajustándose a los 400 metros, con los requisitos siguientes: 30% del aforo total en los locales comerciales, en cada una de sus plantas; distancia mínima de dos metros entre clientes y horario de atención prioritario para mayores de 65 años.
- Podrá haber rebajas, siempre respetando las medidas de seguridad e higiene y evitando aglomeraciones.
- Puede haber sistemas de recogidas en el local para compras y encargos on line
- Desinfección de los locales al menos dos veces al día. También habrá que desinfectar las zonas de los empleados y su ropa de trabajo.
- Se prohíbe a los clientes usar los aseos de los comercios
- Los probadores deberán ser ocupados por una sola persona y tanto estos como las prendas usadas, deberán desinfectarse tras cada uso
- Equipos de protección individual adecuados para los empleados
- Geles hidroalcohólicos a la entrada de los comercios para empleados y clientes
- Se prohíbe el autoservicio en mercados y mercadillos
- Mascarillas obligatorias cuando no pueda garantizarse la distancia de seguridad
- Señalar la distancia de seguridad entre clientes y empleados.

## DEPORTE Y ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE

- **Actividad deportiva individual.** Horario de 6:00 a 10:00 y de 20:00 a 23:00
  - 2 metros de distancia en paseos.
  - 6 metros de distancia para correr y montar en bici.
  - Evitar beber en fuentes públicas.
  - Llevar botella de hidratación propia.
  - Evitar actividad física en bancos o aparatos de gimnasia al aire libre.
- Apertura de instalaciones deportivas al aire libre sin público para deportes sin contacto
- Apertura de instalaciones para actividades deportivas individuales con reservas, en centros cuyos deportes no impliquen contacto físico ni uso de vestuarios
- No se contempla la apertura de los gimnasios en la fase 1 de desescalada. Sólo en los centros de Alto Rendimiento y en los entrenamientos de Ligas profesionales se puede hacer uso de este tipo de instalaciones
- Entrenamientos individuales, de deportistas profesionales y federados de alto nivel, podrán hacerlo en ríos si su deporte lo requiere y sin salir de su provincia. Pueden estar acompañados de un entrenador o de otra persona si es necesario (caso de los paralímpicos)
- Entrenamiento básico de ligas profesionales: individual, en instalaciones de los clubes
- Apertura de centros de alto rendimiento. Se permite el entrenamiento medio en ligas profesionales



## ÁMBITO LABORAL



- Seguirá la recomendación del teletrabajo donde sea posible.
- Escalonamiento en la entrada y salida de centros de trabajo evitando aglomeraciones y concentraciones
- División de la plantilla con horarios y días alternos.
- Plan de seguridad en el trabajo específico para Covid-19
- Dispensadores de soluciones hidroalcohólicas.
- **Trabajos a domicilio**
- Autorizadas las obras y reformas en locales y viviendas siempre y cuando se mantengan en todo caso las medidas adecuadas de higiene y la distancia mínima de seguridad de dos metros entre personas. Evitar los espacios cerrados y con una superficie reducida si hay más personas.
- Limpieza previa del área de trabajo en caso de reparaciones o instalaciones

## EDUCACIÓN



- Permitida la desinfección de centros educativos y universidades y el trabajo administrativo.
- Reapertura de centros de investigación científico técnicos
- Trabajo administrativo y preparatorio de los docentes y personal auxiliar
- Apertura de laboratorios universitarios.

## TURISMO Y HOTELES



- Apertura de hoteles y alojamientos turísticos excluyendo zonas comunes
- No estará permitida la utilización de piscinas o gimnasios, spas, zonas infantiles, discotecas, ni salones de eventos.
- Uso de ascensores o montacargas al mínimo imprescindible y la ocupación máxima de una persona.
- Turismo activo y de naturaleza para grupos limitados de personas
- Actividades de turismo activo y naturaleza con cita previa y grupos de hasta 10 personas.

## OCIO Y CULTURA



- Se podrán reabrir las bibliotecas públicas y privadas para préstamo y devolución, así como lectura en sala con aforo del 30 %, pero no el uso de ordenadores. Como excepción, en la Biblioteca Nacional y en bibliotecas especializadas o con fondos antiguos, únicos o excluidos de préstamo, se permitirá la consulta de publicaciones excluidas de préstamo domiciliario con reducción de aforo. Una vez consultadas, las obras se depositarán en un lugar apartado y separadas entre sí durante al menos 14 días.
- Apertura de bibliotecas con medidas de higiene y distanciamiento
- Apertura de bibliotecas con limitación de aforo para lectura
- Actos y espectáculos no más de 30 personas en lugares cerrados
- Actos al aire libre no más de 200 personas, siempre sentados
- Apertura de museos a un tercio del aforo
- Producción audiovisual y rodaje de cine y series con todas las medidas de seguridad, higiene y restricciones de personal.



# INFORMACIÓN

## RELIGIÓN



- Apertura de los lugares de culto, limitando su aforo a un 33%

## SERVICIOS SOCIALES



- Apertura de todos los centros recogidos en el Catálogo de Referencia de Servicios Sociales, para atender de manera presencial a aquellos ciudadanos que lo necesiten, especialmente servicios de terapia, rehabilitación, atención temprana y atención diurna para personas con discapacidad y/o en situación de dependencia.
- Atención domiciliaria y seguimiento continuo a personas mayores que no vivan en residencias

## CIENCIA E INNOVACIÓN



- Reapertura gradual de aquellas instalaciones que quedaron cerradas en la primera fase de la pandemia
- Apertura de centros de investigación científicos y técnicos.
- Se podrán celebrar seminarios y congresos, con un aforo máximo de 30 asistentes