



FASE 0 DEL DESCONFINAMIENTO: ¿EN QUÉ CONSISTE?

4 de mayo de 2020

A continuación se detallan las actividades permitidas en la fase 0, en vigor desde las 0 horas del lunes 4 de mayo:

-Paseos: todos los ciudadanos -salvo aquellos que estén en cuarentena o tengan síntomas de coronavirus- pueden salir a caminar una vez al día a una distancia máxima de 1 kilómetro del domicilio.

Está permitido ir acompañado de un conviviente y las salidas están ordenadas por franjas de edad: de 6 a 10 y de 20 a 23 horas, pueden salir las personas de entre 14 y 70 años. Los niños, de 12 a 19 horas y los mayores de 70 años o los dependientes con su cuidador podrán salir de 10 a 12 y de 19 a 20 horas.

-Deporte individual: de 6 a 10 y de 20 a 23 horas en el término municipal en el que se resida.

Tanto los paseos como las salidas para hacer deporte en las localidades de menos de 5.000 habitantes podrán hacerse sin atender a franjas horarias, eso sí, entre las 6 y las 23 horas.

-Atención de huertos familiares, de autoconsumo o municipales siempre que estén en el mismo término municipal del domicilio o en uno adyacente al mismo.

-Apertura de restaurantes y cafeterías que puedan servir pedidos para llevar: éstos deberán realizarse por teléfono o por internet.

-Apertura de comercios de hasta 400 metros cuadrados con cita previa para la atención individual de clientes (un empleado por cliente). Se exigirá mantener la distancia mínima

de 2 metros. Los establecimientos deberán desinfectarse dos veces al día y deberán tener dispensadores de gel hidroalcohólico.

Se establecerá un horario de atención o un pasillo preferente para personas mayores de 65 años.

Por norma, las compras deberán hacerse en el mismo municipio en el que se reside, si bien se permitirá el traslado entre localidades pequeñas -no tienen por qué ser colindantes- en el caso de que no se puedan encontrar determinados productos.

-Las peluquerías podrán abrir siempre y cuando puedan concertar citas previas.

Los profesionales de fisioterapia, de centros de estética y de peluquería tendrán que llevar equipos de protección individual y garantizar la distancia mínima de dos metros entre clientes.

-Los deportistas profesionales podrán hacer entrenamientos individuales al aire libre y dentro de su provincia.

Aquellos que practiquen modalidades de deporte adaptado o de carácter paralímpico, podrán contar con el acompañamiento de otro deportista para realizar su actividad deportiva.

En ambos casos podrá estar presente un entrenador que no podrá acercarse a menos de dos metros y tendrá que llevar mascarilla.

Cuando el deporte implique la utilización de bicicletas o patines, la distancia de seguridad será de diez metros.

Por su parte, los deportistas federados podrán realizar entrenamientos de forma individual, al aire libre, dos veces al día entre las 6:00 y las 10:00 horas y entre las 20:00 horas y las 23:00 horas, siempre dentro de su término municipal y sin entrenadores.

-Se abrirán los archivos, que prestarán sus servicios preferentemente por vía telemática, ahora bien, cuando sea absolutamente imprescindible los ciudadanos podrán solicitar la consulta presencial de hasta diez documentos.

-En esta fase será obligatorio el uso de mascarilla en transporte público (autobús, ferrocarril, metro, marítimo, aéreo y taxi) y recomendable en todo tipo de actividades fuera del hogar.