

FASE 2

¿QUÉ PUEDES HACER?

8 de junio de 2020

TE LO EXPLICAMOS

Con la entrada de Madrid en FASE 2, los ciudadanos pueden hacer más cosas que te explicamos en este documento.

00

01

02

03

04

adapta

 **Plena**
inclusión
Madrid

Pasamos a la fase 2 en la Comunidad de Madrid

¿Qué puedes hacer?

Todas las personas de la Comunidad de Madrid estábamos confinadas desde el 14 de marzo, es decir, debíamos estar siempre en casa.

Solo podíamos salir para muy pocos asuntos, por ejemplo, hacer la compra o ir a la farmacia.

El Gobierno obligó a que todas las personas estuvieran en sus casas para frenar los contagios por el coronavirus.

El lunes 25 de mayo pasamos a la fase 1.

En la fase 1, las personas de la Comunidad de Madrid pudieron volver a salir de sus casas para algunos asuntos.

Ahora, hemos pasado a la fase 2.

Desde el día 8 de junio, las personas de la Comunidad de Madrid pueden salir de sus casas para más asuntos.

Recuerda siempre:



Siempre debes mantener una separación de 2 metros con cualquier persona.



Deben llevar mascarilla todas las personas mayores de 6 años:

- > Cuando vas en transporte público, por ejemplo, metro o autobús.
- > Cuando estás en un sitio cerrado de uso público, por ejemplo, una tienda.
- > Cuando vas por una calle o estás un sitio al aire libre donde no puedes estar separado 2 metros de otra persona.

Hay algunos casos en los que se permite no llevar mascarilla:

- > Personas con discapacidad.
- > Personas con problemas respiratorios.
- > Personas que hacen deporte.

Estas son todas las actividades que puedes hacer ahora en la fase 2:



Salir fuera de casa

- > Puedes salir de casa a cualquier hora para pasear, para comprar, ir a una tienda o un centro comercial, ir a un restaurante o una terraza de un bar, ir a un museo o a la piscina o a visitar a una persona en su casa.
- > Puedes salir a hacer deporte a cualquier hora, menos de 10 de la mañana a 12 del mediodía y de 7 a 8 de la tarde. A esas horas solo pueden salir los mayores de 70 años y las personas dependientes.
- > Puedes moverte por toda la Comunidad de Madrid, también para ir a otra casa que tengas. Podéis moveros en grupos de 10 personas, como mucho. Por ejemplo, hay personas que viven en Madrid y tienen una casa en la sierra. Ahora pueden ir a esa casa en la sierra.



Ver a familiares y amigos

- > Puedes reunirte con familiares y amigos en una casa. Podéis juntaros 15 personas.
- > Puedes visitar a una persona que vive en una residencia, por ejemplo, una persona mayor o una persona con discapacidad. Tienes que pedir cita previa. Las personas que viven en las residencias solo pueden recibir la visita de una persona a la vez.



Ir de compras

- > Todas las tiendas y centros comerciales pueden abrir.
Solo puedes estar en una tienda el tiempo justo para hacer la compra.
Dentro de la tienda debe haber poca gente a la vez.
Por ejemplo, hay tiendas donde antes podía haber 20 personas a la vez.
Ahora solo puede haber 8 personas a la vez.
Las tiendas deben tener unas horas para atender a personas mayores.
En las tiendas de ropa, solo puede entrar una persona en los probadores.
Las zonas de descanso y las zonas de juegos para niños en los centros comerciales estarán cerradas.
Es mejor que pagues con tarjeta en tiendas y centros comerciales.
- > Puede haber mercadillos en la calle.
Los ayuntamientos de cada ciudad o pueblo tienen que dar el permiso.
Los mercadillos van a tener menos puestos.
De cada 3 puestos de antes, solo puede haber 1.
Por ejemplo, un mercadillo que antes tenía 30 puestos ahora solo puede tener 10 puestos.



Ir a bares y restaurantes

- > Puedes ir a la terraza de un bar.
Podéis juntaros 15 personas.
Las terrazas pueden tener solo la mitad de las mesas que antes.
Los bares no pueden ofrecer cartas de menú, servilleteros o saleros que pueda tocar cualquier persona.
- > Puedes estar en mesas dentro de un bar o un restaurante.
Dentro del bar o del restaurante debe haber poca gente a la vez.
Por ejemplo, hay bares donde antes podía haber 20 personas a la vez.
Ahora solo puede haber 8 personas a la vez.
- > Los bares, restaurantes y terrazas van a tener gel hidroalcohólico o desinfectante.
- > Es mejor que pagues con tarjeta en bares y restaurantes.



Ir a la piscina

- > Puedes ir a la piscina.
Dentro de la piscina debe haber poca gente a la vez.
Por ejemplo, hay piscinas donde antes podía haber 100 personas a la vez.
Ahora solo puede haber 30 personas a la vez.
Tienes que pedir cita previa y hay turnos para estar en la piscina.
Los vestuarios están abiertos.



Hacer deporte

- > Puedes ir al gimnasio, pero tienes que pedir cita previa.
Dentro del gimnasio debe haber poca gente a la vez.
Por ejemplo, hay gimnasios donde antes podía haber 20 personas a la vez.
Ahora solo puede haber 6 o 7 personas a la vez.
Recuerda que los vestuarios y las duchas están cerrados.
- > Puedes hacer deporte en polideportivos al aire libre, pero tienes que pedir cita previa.
- > Puedes salir a cazar y pescar.



Ir de boda

- > Puedes celebrar tu boda.
Cuando la boda es en un sitio cerrado, solo puede haber 50 personas como mucho.
Cuando la boda es en un sitio al aire libre, solo puede haber 100 personas como mucho.



Hacer actividades culturales

- > Puedes ir a una biblioteca a pedir prestados o devolver libros.
También puedes leer en la sala, pero no puedes quedarte a estudiar.
En las salas se podrá quedar menos gente.
Si antes cabían 100, ahora habrá 30.
Puedes usar los ordenadores de la biblioteca.
- > Los museos y los monumentos pueden abrir.
Dentro de los museos y monumentos debe haber poca gente a la vez.
Por ejemplo, hay museos donde antes podía haber 100 personas a la vez.
Ahora solo puede haber unas 30 personas a la vez.
Recuerda que las consignas para dejar abrigo y mochilas están cerradas.
Tampoco puedes coger folletos ni utilizar audioguías.
- > Los teatros, los cines y las salas de conciertos pueden abrir.
Dentro de estos lugares debe haber poca gente a la vez.
Cuando el sitio es cerrado,
solo puede haber 50 personas como mucho.
Cuando el sitio es al aire libre,
solo puede haber 400 personas como mucho.



Hacer turismo

- > Puedes ir a un hotel dentro de la Comunidad de Madrid.
Las zonas comunes están abiertas, por ejemplo, la piscina, el gimnasio o los salones de desayunos.
Dentro de las zonas comunes debe haber poca gente a la vez.
Por ejemplo, hay zonas comunes donde antes podía haber 20 personas a la vez.
Ahora solo puede haber 6 o 7 personas a la vez.
- > Puedes hacer turismo de naturaleza, por ejemplo, rutas por el campo.
Podéis juntaros 20 personas.



Ir a una reunión religiosa

- > Las iglesias, las mezquitas y otros lugares de reunión de otras religiones pueden abrir.
Dentro de estos lugares puede haber la mitad de las personas que pueden caber.
Por ejemplo, hay iglesias donde antes podía haber 100 personas a la vez.
Ahora solo puede haber unas 50 personas a la vez.



Ir a un tanatorio

- > Cuando una persona muere, la llevan a un tanatorio.
Allí van los familiares y los amigos para despedirle y acompañarse en un momento tan triste.
Cuando el sitio es cerrado, solo puede haber 15 personas como mucho.
Cuando el sitio es al aire libre, solo puede haber 25 personas como mucho.



Medidas especiales para pueblos y ciudades pequeñas

Cuando el pueblo o ciudad pequeña tiene menos de 10 mil habitantes, hay menos limitaciones, por ejemplo:

- > Puedes salir a pasear a la hora que quieras y puedes moverte hasta 5 kilómetros.