

# **Plan del Gobierno de España para volver a la normalidad tras la crisis del coronavirus**

## Plan del Gobierno de España para volver a la normalidad tras la crisis del coronavirus

Este documento es el **‘Plan para la desescalada’** que ha hecho el Gobierno de España para volver a la normalidad tras la crisis del coronavirus.

El documento se divide en temas y en fases.

Cada tema tiene 4 fases:

Fase 0, Fase 1, Fase 2 y Fase 3.

Cada Fase va a durar 15 días, aproximadamente.

Ahora estamos en la Fase 0.

En cada Fase se van a ir quitando limitaciones.

Es decir,

podemos ir haciendo más cosas: deporte, ir a espectáculos, etc.

Hasta que no se llegue a la Fase 3 no podemos viajar a otras comunidades.

Tienes que saber

que este plan puede cambiar si los contagios o las muertes por coronavirus aumentan.

Y es importante que sepas

que en cualquier actividad o trabajo hay que mantener las distancias de seguridad y hay que usar medidas de autoprotección, por ejemplo:

mascarillas, pantallas y guantes.

También debes lavarte las manos con agua y con jabón cada poco tiempo.

Todos los locales, tiendas, centros, entre otros deben ser desinfectados cada poco tiempo.

### **Plan para la desescalada:**

Es un documento con distintas fases o etapas que te explica

cómo van a ir cambiando las limitaciones que tenemos

ahora, por la crisis del coronavirus, para salir a la calle, viajar, ir a espectáculos, hacer deporte, etc.

Cada vez habrá menos limitaciones, hasta que volvamos a la normalidad.

Es decir, a como estábamos antes de la crisis del coronavirus.

## Trabajo

### Fase 0

- Si es posible, es recomendable hacer teletrabajo, Es decir, trabajar desde casa.
- Si tienes que ir a tu lugar de trabajo, se recomienda que los trabajadores entren y salgan del trabajo a distintas horas.

### Fase 1

- Las empresas estudian las recomendaciones del Gobierno de España para prevenir contagios por coronavirus en el trabajo.

### Fase 2

### Fase 3

- Los trabajadores vuelven a sus lugares de trabajo. Las empresas tienen que tener medidas de seguridad para la vuelta al trabajo de sus trabajadores, como usar mascarillas y mantener distancias de seguridad.
- Hay diferentes horarios para los trabajadores para que no se junten todos a la vez en el lugar de trabajo.
- La empresa ayuda a las personas que tienen hijos y familiares a los que atender para que puedan organizarse con su trabajo y con su familia.

## Las personas

### Fase 0

- En esta fase, es posible que haya medidas diferentes para las islas.
- Los niños y las personas mayores pueden salir a dar un paseo.
- Las personas que tienen huertos cerca de su casa pueden ir a cuidarlos. Cuando van a los huertos deben protegerse con mascarillas y no acercarse a otras personas.
- Tienes que evitar salir a la calle en las horas que más gente hay.
- Hay carteles en las calles, estaciones de autobuses y lugares en los que hay mucha gente con consejos de seguridad para los ciudadanos.
- Se recomienda el uso de mascarillas cuando sales de casa o cuando vas en autobús.

### Fase 1

- Las personas más vulnerables están protegidas y hay medidas especiales para ellas.
- Las personas que no son vulnerables y no tienen ninguna enfermedad que pueda complicarse si se contagian de coronavirus, pueden quedar en grupos pequeños.
- Hay limitaciones para ir en coche con otras personas. Solo pueden viajar en el mismo coche las personas que vivan juntas en la misma casa.
- Solo pueden ir a velatorios de personas fallecidas un grupo pequeño de personas y no pueden acercarse entre ellas.

## Fase 2

- Las personas más vulnerables están protegidas y hay medidas especiales para ellas.
- Las personas que no son vulnerables y no tienen ninguna enfermedad que pueda complicarse si se contagian de coronavirus, pueden quedar en grupos más grandes.
- Puedes viajar a tu casa del pueblo si está dentro de La Rioja.
- Pueden hacerse bodas, pero con pocos invitados.
- Pueden ir a velatorios de personas fallecidas un grupo más grande de personas. No pueden acercarse entre ellas.

## Fase 3

- Las personas más vulnerables están protegidas y hay medidas especiales para ellas.
- Las personas que no son vulnerables y no tienen ninguna enfermedad que pueda complicarse si se contagia de coronavirus, pueden quedar con quien quieran.
- Más personas pueden ir a velatorios de personas fallecidas. Pero no pueden acercarse entre ellas.
- Pueden hacerse bodas con más invitados.

## Servicios Sociales

### Fase 0

- Todos los trabajadores sociales trabajan para proteger a las personas más vulnerables.

### Fase 1

- Los servicios sociales vuelven a funcionar poco a poco. Los servicios sociales se adaptan a la crisis del coronavirus y atienden, en primer lugar, a las personas más vulnerables.
- Atención a las personas con discapacidad, funcionan los servicios sociales con terapias, atención temprana, centros ocupacionales y de rehabilitación y psicosociales.
- Atención a domicilio y apoyo a las personas mayores que no viven en residencias.

### Fase 2

- Se permite que un familiar visite a personas con discapacidad que viven en residencias o en viviendas tuteladas. En las residencias de mayores no se permiten este tipo de visitas.

### Fase 3

- Se estudia el desconfinamiento, es decir, que ya pueda entrar y salir gente, en residencias de mayores. Y se estudia mejorar el servicio que se da en las residencias de mayores.

## Educación y universidades

### Fase 0

- Educación online.  
Es decir,  
a través de internet.

### Fase 1

- Desinfección de colegios, institutos y universidades.  
También se hace trabajo de administración y limpieza en estos centros.  
En las universidades se hace trabajo de investigación.  
Abren los laboratorios de las universidades.

### Fase 2

- Abren los colegios para que los padres de niños de hasta 6 años que no puedan teletrabajar puedan llevar a sus hijos al colegio.  
Se respeta las distancias de seguridad y las clases tienen pocos niños.
- Vuelven a clase los alumnos de los últimos cursos de la ESO, bachillerato o formación profesional.  
Van en grupos pequeños y por turnos.
- Abren los Centros de Educación Especial.  
La asistencia a estos centros es voluntaria.
- Se hace la EBAU,  
que son unos exámenes para poder ir a la universidad.
- Los colegios, institutos y universidades hacen refuerzo para otros alumnos que lo necesiten.

### Fase 3

## Ciencia e innovación

### Fase 0

### Fase 1

- Abren poco a poco los centros de investigación.
- Pueden celebrarse encuentros científicos o de innovación si se garantiza la seguridad, se respeta la distancia de 2 metros entre personas y no van más de 30 personas al encuentro.

### Fase 2

- Pueden celebrarse encuentros científicos o de innovación si se garantiza la seguridad, se respeta la distancia de 2 metros entre personas y no van más de 50 personas al encuentro.
- Abren las residencias para investigadores, con las mismas condiciones de seguridad que se fijan para los hoteles.
- Abren los museos de ciencia, tecnología y casas de la ciencia con las mismas condiciones de seguridad que se fijan para museos y centros culturales.

### Fase 3

- Pueden celebrarse: encuentros, ferias y congresos científicos o de innovación si se garantiza la seguridad, se respeta la distancia de 2 metros entre personas y no van más de 80 personas al encuentro.
- Pueden hacerse actividades y talleres para visibilizar la ciencia con medidas de seguridad.

## Comercio minorista y otros servicios

### Fase 0

- Abren las tiendas con cita previa para atender de uno en uno a las personas. Los locales deben cumplir las normas de seguridad: distancia con el cliente, poner mamparas, entre otros.
- Hay horarios especiales en las tiendas para las personas mayores de 65 años.
- Cuando haya que tener contacto directo con el cliente, el dependiente tiene que usar guantes y mascarilla.

### Fase 1

- Abren todas las tiendas, menos las que están en centros comerciales.
- Sólo puede entrar a las tiendas la tercera parte de la gente que cabe. Es decir, si caben 10 personas, pueden entrar 3. Y se debe mantener la distancia de seguridad de 2 metros entre personas. Si no es posible mantener la distancia de seguridad en una tienda, solo puede entrar una persona en la tienda.
- Hay horarios especiales en las tiendas para las personas mayores de 65 años.
- Los ayuntamientos deciden si se abren otra vez los mercados en las calles. Los mercados tienen que cumplir las medidas de seguridad y al principio habrá menos puestos. De cuatro puestos solo abrirá uno.

### Fase 2

- Abren los centros comerciales, pero no se puede estar en las zonas comunes o de ocio de los centros comerciales.
- Los centros comerciales no pueden llenarse de personas más del 40 por ciento de su aforo.  
Es decir,  
si en el centro comercial caben 100 personas, solo pueden entrar unas 40 personas.
- Tienen que mantenerse las distancias de seguridad entre personas.  
Si no es posible mantener la distancia de seguridad en una tienda, solo puede entrar una persona en la tienda.
- Hay horarios especiales para personas de más de 65 años.
- Los mercados en las calles tendrán más puestos y puede abrir 1 puesto de cada 3.  
Tienen que cumplir las medidas de seguridad.
- Abren autoescuelas y academias, con las medidas de seguridad.

### Fase 3

- Pueden usarse zonas comunes y de ocio de los centros comerciales.  
Los centros comerciales pueden llenarse de personas hasta el 50 por ciento de su aforo.  
Es decir,  
si caben 100 personas en el centro comercial pueden entrar 50 personas a él.  
Deben mantenerse las distancias de seguridad de dos metros entre personas.
- Los mercados de las calles funcionan al 50 por ciento.  
Es decir,  
a la mitad.  
Tienen que mantenerse las medidas de seguridad y la distancia de seguridad de dos metros entre personas en los mercadillos.

## Hostelería, restaurantes y cafeterías

### Fase 0

- Abren restaurantes y cafeterías, pero solo para servicio a domicilio. No se puede comer ni beber en ellos.

### Fase 1

- Abren las terrazas de los bares, pero los dueños de los bares solo pueden poner el 30 por ciento de las mesas de sus terrazas. Es decir, si caben 10 mesas, solo pueden poner 3. Pueden pedir al Ayuntamiento de su ciudad más espacio de la calle para poner más terraza en su bar.

### Fase 2

- Se puede entrar a los bares a comer y beber algo. Pero solo si te sientas en una mesa. Se deben cumplir las normas de separación entre las mesas y entre los clientes. Los bares pueden llenarse un tercio de su aforo. Es decir, si caben 60 personas en un bar, solo pueden entrar 15 personas. También es posible entrar en un bar para comprar comida para llevar.

### Fase 3

- Los bares pueden llenarse hasta la mitad de su aforo. Es decir, si caben 60 personas en un bar pueden entrar 30 personas. Se deben cumplir las normas de separación entre las mesas y entre los clientes. También se puede tomar algo en la barra, pero hay que mantener distancia mínima de seguridad entre personas de un metro y medio.
- Los dueños de los bares pueden poner el 50 por ciento de las mesas de sus terrazas.

Es decir,  
si caben 10 mesas,  
pueden poner 5 mesas.  
Pueden pedir al Ayuntamiento de su ciudad  
más espacio de la calle  
para poner más terraza en su bar.

- Abren las discotecas y pubs.  
Pueden llenarse un tercio de su aforo.  
Es decir,  
si caben 60 personas en un pub  
Solo pueden entrar 15 personas.

## Hoteles y alojamientos turísticos

### Fase 0

- Están cerrados.  
El Gobierno de España ha dejado abrir  
a algunos hoteles o alojamiento turísticos  
para que duerman médicos  
o algunos enfermos de coronavirus.

### Fase 1

- Abren hoteles y alojamientos turísticos,  
Pero no se pueden utilizar zonas comunes,  
por ejemplo:  
restaurante, buffet, salones, entre otros.  
Los hoteles y alojamientos deben desinfectarse  
y tener más normas de salud e higiene.

### Fase 2

- Abren las zonas comunes de hoteles y alojamientos,  
pero solo pueden llenarse  
hasta un tercio de su aforo.  
Es decir,  
si en un salón caben 60 personas en el hotel ,  
solo pueden entrar 15.
- Los restaurantes y cafeterías de los alojamientos  
tienen que cumplir las normas de hostelería,  
restaurantes y cafeterías.

### Fase 3

- Las zonas comunes de hoteles y alojamientos pueden utilizarse a la mitad de su aforo. Es decir, si en un salón caben 100 personas, pueden entrar 50 personas.
- Los restaurantes y cafeterías de los alojamientos tienen que cumplir las normas de hostelería, restaurantes y cafeterías.

## Agricultura

### Fase 0

### Fase 1

- Comienzan las actividades de agricultura y pesca que estaban paradas por la crisis del coronavirus. La agricultura y la ganadería que se destinan a las tiendas y supermercados tienen que cumplir las normas del comercio minorista.

### Fase 2

- Se permite caza y pesca deportiva.

### Fase 3

## Actividades culturales y de ocio

### Fase 0

- Abren los archivos.  
Que son los lugares donde hay documentos históricos, culturales, etcétera.

### Fase 1

- Abren las bibliotecas pero el número de personas que podrá entrar será limitado.  
  
Funciona el servicio de prestar libros.
- Hay actos culturales en lugares cerrados de menos de 30 personas.  
Puede entrar la tercera parte de las personas que caben.  
Por ejemplo,  
si caben 30, pueden entrar 10.
- Hay actos y espectáculos culturales al aire libre con menos de 200 personas.  
el público tiene que estar sentado y mantener la distancia de seguridad.
- Los museos pueden tener visitas, pero sólo puede entrar la tercera parte de las personas que caben.  
Y vigilan que no haya mucha gente en cada sala.
- Se pueden grabar películas para el cine, series para televisión, música, etcétera.

### Fase 2

- Abren los cines, teatros, auditorios y otros espacios parecidos.  
Sólo puede entrar la tercera parte de las personas que caben.  
Estas personas tienen que saber cuál es su asiento antes de ir.
- Puedes visitar monumentos.  
Sólo puede estar la tercera parte de las personas que caben.

- Abren las salas de exposiciones, de conferencias y de usos múltiples.  
Sólo puede entrar la tercera parte de las personas que caben.  
Y vigilan que no haya mucha gente en cada sala.
- Hay actos y espectáculos culturales en lugares cerrados de menos de 50 personas.  
Puede entrar la tercera parte de las personas que caben.
- Hay espectáculos culturales y de ocio al aire libre de menos de 400 personas.  
El público tiene que estar sentado y mantener la distancia de seguridad.
- Hay turismo de actividades en la naturaleza para grupos de muchas personas.

### Fase 3

- En las actividades en las que sólo podían participar la tercera parte de las personas (en la Fase 2).
- Ahora pueden participar más personas, la mitad.  
Es decir,  
si caben 100 personas, pueden estar 50.
- Habrá musicales.  
Puede entrar la tercera parte de las personas que caben.
- Hay actos y espectáculos culturales en lugares cerrados de menos de 80 personas.  
Puede entrar la tercera parte de las personas que caben.  
Hay espectáculos de toros.  
Pueden tener público pero sólo una persona por cada 9 metros cuadrados.
- Hay espectáculos culturales y de ocio al aire libre de menos de 800 personas.  
El público tiene que estar sentado y mantener la distancia de seguridad.

- Hay turismo de actividades en la naturaleza.
- Puedes ir a la playa manteniendo las normas y distancia de seguridad con otras personas.

## Deporte profesional y federado

### Fase 0

- Los deportistas profesionales pueden hacer entrenamientos individuales. Es decir, sin que haya otras personas.
- Puede haber entrenamientos básicos de ligas deportivas de profesionales.
- Puede haber actividad deportiva profesional pero sin contacto con otras personas.

### Fase 1

- Abren los centros deportivos para profesionales. Si es posible, los deportistas van por turnos. Hay que tener mucho cuidado con las medidas seguridad de limpieza e higiene.
- Puede haber más entrenamientos de ligas deportivas de profesionales que en la Fase 0.

### Fase 2

- Puede haber entrenamientos básicos de ligas deportivas no profesionales.
- Las ligas profesionales pueden hacer todos los entrenamientos.
- Hay campeonatos deportivos profesionales y los puedes ver en radio, televisión, etcétera. Pero los partidos son sin público. Y si hay público no puede entrar todo el que cabe.

### Fase 3

- Puede haber más entrenamientos de ligas deportivas no profesionales que en la Fase 2.

## Deporte no profesional (El que hace cualquier ciudadano)

### Fase 0

- Se pueden hacer deportes en los que no tengas que estar en contacto con otras personas. Por ejemplo, montar en bici, correr, patinar, surf, etcétera. Para hacer estos deportes tienes que tomar medidas de protección: mantener la distancia con otras personas y llevar mascarilla y guantes cuando sea posible.

### Fase 1

- Puedes utilizar las instalaciones deportivas al aire libre, sin público. Sólo para practicar deportes en los que no tengas que estar en contacto con otras personas. Por ejemplo, tenis, atletismo, etcétera.
- Puedes hacer actividades deportivas tú solo en centros deportivos si no tienes contacto físico con otras personas. No puedes utilizar los vestuarios. Tienes que pedir cita antes.

### Fase 2

- Puede haber espectáculos y actividades deportivas al aire libre. Pero sólo puede entrar un número de personas. El mismo que en la Fase 2 de 'Actividades Culturales y de ocio'.
- Puedes utilizar instalaciones deportivas en espacios cerrados, sin público y sin tener contacto físico con otras personas.

### Fase 3

- Puede haber espectáculos y actividades deportivas al aire libre. Pueden entrar más personas que en la Fase 2. El mismo que en la Fase 3 de 'Actividades Culturales y de ocio'.

- Puede haber espectáculos y actividades deportivas en espacios cerrados, si no hay contacto físico con otras personas. Por ejemplo, pistas de patinaje. Estas actividades pueden tener público, pero sólo una persona por cada 20 metros cuadrados.
- Puede haber partidos, pero hay que guardar la distancia de seguridad entre los espectadores. Sólo puede entrar una tercera parte del público. Es decir, si caben 100 personas, pueden entrar 33.
- Puede haber actividades deportivas al aire libre. Sólo puede entrar una tercera parte del público.
- A los gimnasios sólo puede entrar una tercera parte de la gente que cabe. Y no se pueden utilizar los vestuarios.

## Lugares donde se celebran actos religiosos

### Fase 0

### Fase 1

- Sólo puede entrar la tercera parte de la gente que cabe. Es decir, si caben 100 personas, pueden entrar 33.

### Fase 2

- Sólo puede entrar la mitad de la gente que cabe. Es decir, si caben 100 personas, pueden entrar 50.

### Fase 3

# El transporte público en la ciudad y en los alrededores de la ciudad

## Fase 0

- Hay más servicios de autobuses, sobre todo, en las horas de más tráfico. Se tienen en cuenta los servicios que necesitan los viajeros.
- Hay sitios para personas con discapacidad.

## Fase 1

- Funcionan todos los servicios de transporte en la ciudad y entre ciudades o, al menos, el 80 por ciento. Es decir, 8 de cada 10 servicios.
- Se tienen en cuenta los servicios que hay y cuánto necesitan utilizarlos los viajeros.

## Fase 2

## Fase 3

- Funcionan todos los servicios de transporte público.

## Trenes y autobuses (De distancias medias y largas)

### Fase 0

- Mantienen las condiciones como están ahora. Ahora funciona el 30 por ciento del servicio. Es decir, 3 de cada 10 servicios.
- Hay sitios para personas con discapacidad.

### Fase 1

- Mantienen las condiciones como están ahora, con el 30 por ciento de los servicios.
- Los vehículos no pueden ir completos. Sólo pueden llevar a la mitad de los pasajeros.
- Está prohibido el servicio de comida y bebida en los trenes.

### Fase 2

### Fase 3

- Es posible que se permita que los autobuses y los trenes se ocupen con más de la mitad de los pasajeros.

## Los vuelos

- Dependen de acuerdos europeos o internacionales sobre temas de seguridad.

## El transporte en barco

### Fase 0

- Mantienen las condiciones como están ahora.
- Hay sitios para personas con discapacidad.

### Fase 1

- Mantienen las condiciones como están ahora. Sólo cambian si se decide algo distinto con las comunidades autónomas.
- Se ocupan sólo la mitad de las butacas o hay que dejar un espacio de 2 metros entre butacas.
- Se pueden ocupar todos los camarotes pero tiene que ser por personas que vivan en el mismo domicilio.

### Fase 2

### Fase 3

- Si los datos sobre el coronavirus son positivos, se elimina la norma que no deja embarcar a pasajeros en los ferries. Los ferries son un tipo de barco que llevan mercancías y también personas.
- Se permiten las actividades náuticas de recreo. Por ejemplo, Salir al mar con barcos pequeños, buceo, etcétera.