

ACTUALIZACIÓN DE LAS MEDIDAS ANTICOVID 15 – 25 DE ENERO

Se mantienen las siguientes medidas:

- Respetar la distancia de seguridad (1,5 metros).
- Permanecer en el propio domicilio el mayor tiempo posible.
- Limitar el número de personas con el que se entra en contacto.
- Evitar los lugares concurridos tanto en el interior como al aire libre.
- Teletrabajar siempre que se pueda. En caso contrario, hay que mantener la distancia de seguridad.
- Ventilar a menudo los locales cerrados y lavarse las manos.

VISITAS A AMIGOS Y FAMILIARES

- Se permite hacer o recibir una única visita al día, en la que se reúnan un máximo de 4 personas mayores de 12 años.
- No está permitido visitar más de un domicilio al día.
- Cuando se quede con amigos o familiares al aire libre, se recomienda no formar grupos de más de 4 personas mayores de 13 años.
- Es conveniente hacerse un test antes de hacer o recibir visitas.
- Se aconseja que las personas mayores de 70 años limiten el número de contactos (incluidos los niños de hasta 12 años) y observen la distancia de seguridad.

USO DE LA MASCARILLA

- Es obligatoria en todos los lugares en los que no se pueda respetar la distancia de seguridad.
- También hay que llevarla en el trabajo, en los centros de enseñanza y en las instalaciones deportivas.
- A partir de ahora:
 - o Es necesaria en los lugares concurridos al aire libre como, por ejemplo, las zonas comerciales de la ciudad.
 - o Se recomienda el uso de las mascarillas médicas y se desaconseja el uso de las de tela y de las hechas en casa.

CERTIFICADO DE VACUNACIÓN

- Aunque en la rueda de prensa de ayer no se anunciaron nuevas medidas, aconsejamos llevarlo siempre consigo.

HORARIOS Y CIERRES

- El comercio esencial (por ej., supermercados y farmacias) puede permanecer abierto hasta las 20.00.

- El comercio no esencial estará abierto hasta las 17.00. No es necesaria una cita previa.
- Vuelven a abrir las profesiones de contacto que no estén vinculadas al mundo sanitario.
- En estos tres servicios:
 - o Debe llevarse mascarilla.
 - o Puede limitarse la entrada para garantizar que haya 1 cliente cada 5 metros cuadrados.
 - o Hay que respetar la distancia de seguridad.
- Las bibliotecas, gasolineras y autoescuelas permanecerán abiertas y pueden mantener su horario habitual.
- Las profesiones esenciales (como personal sanitario, notarios, abogados) pueden mantener sus horarios habituales.
- Están permitidos los mercados semanales de alimentación.

CIERRA/N:

- Hostelería aunque puede servir comida para llevar y llevar encargos a domicilio.
- Los cines, teatros, museos, salas de conciertos y parques de atracciones.
- Se celebrarán funerales pero no podrán asistir más de 100 personas.
- No se permitirán eventos.

ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y CULTURALES

- El certificado de vacunación es obligatorio para todos los mayores de edad.
- Vuelven a abrir los gimnasios y las instalaciones deportivas cubiertas.
- Se permiten todas las actividades deportivas (al aire libre o al cubierto) y culturales pero sin público.
- Los adultos pueden participar en las competiciones deportivas de su club.
- Hay que usar la mascarilla cuando no se haga ejercicio.

ENSEÑANZA

- Se vuelve a la enseñanza presencial en la formación profesional, en las universidades y en las escuelas universitarias.
- Los alumnos mayores de 9 años deben hacerse un test de autodiagnóstico dos veces por semana (escuela primaria, secundaria, formación profesional, escuelas universitarias y universidad).
- Es obligatorio mantener la distancia de seguridad y usar mascarillas cuando no se esté en clase.

AUTO CUARENTENA

- Ya no es necesaria para las personas que entren en contacto con una persona positiva si:
 - o no presentan síntomas,
 - o han recibido la dosis de refuerzo al menos una semana antes o

- si se han recuperado de la enfermedad.
5 días después del contacto, deben hacer un PCR.
- Las personas que no cumplan estos requisitos deben aislarse y hacer un PCR 5 días después de empezar la auto cuarentena.
- Si aparecen síntomas, es obligatorio:
 - permanecer en el propio domicilio,
 - no recibir visitas y
 - hacer un test de autodiagnóstico lo antes posible.
 - Si el resultado es positivo, hay que ponerse en contacto lo antes posible con el servicio sanitario municipal (GGD).

VIAJES

- Están permitidos los viajes internacionales.
- Hay que respetar todas las reglas del país de destino.
- Recuerde que la situación puede cambiar rápidamente y afectar al viaje de vuelta a los Países Bajos.
- La mascarilla es obligatoria en todos los medios de transporte, en las estaciones de tren / autobús y en los aeropuertos.