

COMEZAMOS A SAÍR

Desde este domingo, día 26 de abril as persoas menores de 14 anos poden saír á rúa. Fixemos un pequeno resumo de obrigacións e recomendacións, podes tamén [aquí](#) descargar a guía de boas prácticas do Ministerio de Sanidade para estas saídas

OBRIGACIÓNS:

Quen pode saír á rúa?

As/os menores de 14 anos poderán saír á rúa para pasear, xogar e facer exercicio.

Non podes saír aínda que non teñas 14 anos se presentas síntomas de enfermidade ou fuches diagnosticado de COVID-19 e tampouco se tiveches contacto con alguén que ten síntomas ou foi diagnosticado e non se produciu unha corentena domiciliaria durante 14 días.

Canto tempo pode durar a saída?

A duración máxima é de 1 hora e só poderá facerse 1 vez ao día. O horario para realizar as saídas será entre as 9 da mañá e as 9 da noite.

Até onde podo ir de paseo?

Non podes alonxarte máis de 1 quilómetro desde o teu domicilio. Ademais, debes manter unha distancia con outras persoas coas que te atopes de polo menos dous metros. Está prohibido acceder a espazos públicos recreativos clausurados (parques infantís) e instalacións deportivas.

Con quen podo saír?

Non podes saír só. Terás que estar acompañado/a por túa nai ou teu pai ou por un adulto que conviva no mesmo domicilio. Se non vas con túa nai ou teu pai, quen te acompañe terá que ter autorización.

Podo quedar coas amigas/os?

Non se pode quedar con amigos ou amigas, nin se pode realizar actividades deportivas en grupo.

RECOMENDACIÓNS:

Recoméndase evitar zonas concorridas.

Poderás saír co patinete ou en bicicleta.

Se te atopas coas túas amizades por suposto que podes falarlles pero sempre mantendo a distancia de separación de dous metros. O distanciamento ao que nos obriga o virus é só físico así que non te cortes en expresar alegría ao ver as túas amizades! De todos os xeitos a comunicación debe ser breve.

Podes saír con máscara e/ou luvas, engaden algo de protección máis. De calquera xeito, segundo as autoridades sanitarias, poden incluso ter un efecto ás veces "prexudicial" ao dar unha falsa sensación de protección. Lembra que o importante é non tocar en exceso as superficies que outras persoas tocan, mobiliario urbano, espazos comúns do teu edificio... E, sobre todo, lembra a importancia de **lavar as mans**, antes de saír e ao volver á casa, con auga quente e xabón durante 20 segundos.