GIRONA NOTICIES.COM + Periodisme

Les primeres excepcions a Andorra al confinament permeten, a partir d'aquest dijous, sortir del domicili una hora en dies alterns

Andorra | 15/04/2020 | 15:43



Cal prioritzar que les persones surtin soles, tot i que ho poden fer acompanyades si bé únicament dels seus convivents al domicili com a màxim en grups de cinc persones

El ministre de Salut, Joan Martínez Benazet, ha presentat les primeres excepcions al confinament en el marc de l'emergència sanitària de la COVID-19, que seran aplicables a partir de demà, dijous dia 16 d'abril. Martínez Benazet ha remarcat la importància que en aquesta situació es pugui permetre la realització d'activitat física a l'exterior dels domicilis, així com passejar, pels seus beneficis sobre la salut i la millora de la sensació general de benestar.

Aquestes sortides a l'exterior s'han de fer de forma ordenada, evitant les aglomeracions i minimitzant el risc de transmissió de la infecció per SARS-CoV-2. Per aquest motiu, el protocol de primeres excepcions al confinament estableix que es permet una única sortida, d'una hora com a màxim, en dies alterns. Queden excloses les persones sospitoses o amb diagnòstic actiu d'infecció per SARS-CoV-2 i els seus contactes, ja que han de continuar aïllades i seguir en tot moment les instruccions mèdiques.

Per evitar aglomeracions es fixen les següents mesures organitzatives:

- Les persones poden sortir del seu domicili per passejar, realitzar activitat física o comprar una hora en dies alterns en funció de:

o Qui visqui en números d’edifici parells pot sortir els dies parell del mes i qui visqui en números d’edifici senars pot sortir els dies senar del mes.

o Per a les cases que no tenen número, es seguirà el criteri alfabètic del nom de la casa, podent sortir els dies parells els residents a les cases amb l’inicial de l’A a la M i els dies senars de la N a la Z.

- Queden reservades les següents franges horàries, respectant sempre la sortida en dies parells o senars en funció dels números d’edifici o nom de la casa:

o Exercici físic (córrer o caminar ràpid): de les 6 hores fins a les 9 hores i de les 19 hores fins a les 21 hores.

o Passejar i/o anar a comprar: de les 9 hores a les 11 hores i de les 14 hores a les 19 hores.

o Franja reservada per a persones vulnerables i persones de més de 70 anys: de les 11 hores a les 14 hores. Poden anar acompanyades del cuidador o convivents. A més, aquest horari també es reserva perquè aquest col·lectiu pugui fer la compra de productes essencials en els establiments comercials oberts.

A més, es permet una sortida diària a l’exterior des del domicili per indicació terapèutica o criteri mèdic de les persones amb discapacitat amb un acompanyant, sempre que es compleixin les instruccions del Govern d’Andorra.

Per tant, la sortida que es realitzi del domicili s’ha de planificar correctament i és obligatori l’ús de mascaretes, que poden ser casolanes, higièniques o quirúrgiques. També, abans i després de sortir a l’exterior, es recomana dur a terme una higiene de mans correcta, així com utilitzar les escales en lloc de l’ascensor sempre que es pugui.

Indicacions i recomanacions a l’exterior del domicili

Cal prioritzar que les persones surtin soles, tot i que ho poden fer acompanyades si bé únicament dels seus convivents al domicili com a màxim en grups de cinc persones. D'aquesta manera, es prohibeixen les agrupacions de persones més enllà dels convivents, tot i que cal recordar l'excepció de les persones vulnerables i dels majors de 70 anys, que poden anar acompanyades del seu cuidador o convivents.

Pel que fa a l'exercici o sortir a passejar, la distància màxima recorreguda des del domicili no pot superar els dos quilòmetres i queda prohibit fer ús d'un vehicle per desplaçar-se a llocs per realitzar aquestes activitats. Només està permesa la pràctica d'esports individuals com caminar o córrer. El ciclisme i els esports de risc no estan permesos pel risc de caiguda que comporten.

En cas de coincidir caminant amb altres persones que no siguin els convivents cal respectar una distància mínima de 4 metres i en cas de córrer, de 10 metres. S'aconsella caminar o córrer en diagonal o paral·lel respecte a la resta de persones amb què es coincideix en el trajecte per minimitzar l'exposició a possibles micropartícules del virus en suspensió a l'aire expulsades per les persones.

Per evitar el contacte amb superfícies potencialment contaminades, no es poden utilitzar els equipaments esportius i lúdics dels parcs i zones enjardinades. També es recomana no tocar els bancs amb les mans.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/noticia/130346-les-primeres-excepcions-a-andorra-al-confinament-permeten-a-partir-daquest-dijous-sortir-del-domicili-una-hora-en-dies-alterns.htm