Societat | Redacció | Actualitzat el 10/06/2020 a les 12:34

Què es pot fer i què no en aquests moments a Catalunya

122 preguntes amb resposta sobre la situació actual, tant pels que ja estan a la fase 3 com pels que es troben a la fase 2



Catalunya sencera es troba en fase 3 o en fase 2 | NacióDigital

Què es pot fer i què no al Pallars i a Catalunya en aquests moments? En el conjunt del país no queda cap regió sanitària en fase 1 i n'hi ha tres que estan en fase 3, l'última fase, entre les quals la de l'Alt Pirineu i Aran.

Des de Protecció Civil s'ofereix un document actualitzat amb les preguntes més freqüents que es poden fer aquests dies els ciutadans. Quan podré sortir del municipi? Si vull quedar amb els amics, ho he de fer al carrer o a casa? Quines botigues obren? Per quins motius puc sortir?

A continuació, 122 preguntes amb resposta. Cal tenir en compte, abans de res, que amb el pas a la fase 3, les regions del Camp de Tarragona i les Terres de l'Ebre han passat a formar una única unitat territorial, pel que el moviment entre les dues regions és lliure com si es tractés de només una. Al mateix temps, també s'ha permès la mobilitat entre el Garraf, l'Alt Penedès i l'àrea de Barcelona.

Mobilitat i transport

1. Es pot sortir en cas de no trobar-se bé? No es pot sortir si hi ha símptomes o la malaltia Covid-19 causada pel coronavirus o s'està en aïllament a casa. Preneu-vos tots la temperatura

abans de sortir i no ho feu si algú de casa té 37ºC o més.

2. Em puc moure dins del meu municipi? Sí, i per la resta de la regió sanitària. La mobilitat està limitada a les activitats autoritzades amb les mesures de seguretat previstes i amb l'ús de mascareta sempre que no sigui possible garantir la distància física de 2 metres amb altres persones.

3. Puc entrar i sortir del meu municipi? Sí, dins de la mateixa regió sanitària. La Generalitat recomana limitar al màxim aquesta mobilitat entre municipis.

4. Puc anar a un municipi fora de la meva regió sanitària? No, excepte per causes justificades o de força major, que inclouen els desplaçaments als centres de treball per motius laborals, professionals o empresarials, l'assistència sanitària, la cura o atenció de persones amb necessitats i el retorn al domicili.

5. Puc anar a la meva segona residència? Sí, dins de la mateixa regió sanitària del domicili propi.

6. Puc anar a una segona residència fora de la meva regió sanitària, si la meva parella hi té la residència habitual? No, només pot anar-hi qui hi tingui la residència habitual.

7. Em puc desplaçar per canviar la custòdia de menors a una altra localitat, tant si és a prop com lluny del meu domicili? Està permès, però preval sempre l'interès superior dels fills i filles. Cal complir les resolucions judicials sobre guarda, custòdia, visites i comunicacions. Els progenitors heu de fer un exercici responsable de la potestat parental i assolir els màxims acords possibles, tenint en compte la salut física i emocional dels vostres fills i filles i el bé comú. Si no us poseu d'acord i voleu resoldre el conflicte mitjançant un procediment de mediació, podeu demanar ajuda al Centre de Mediació de Dret Privat de Catalunya (centremediacio.dj@gencat.cat), que designarà una persona mediadora per ajudar-vos a trobar una solució al vostre conflicte.

8. Quines són les mesures d'autoprotecció que he de seguir al sortir al carrer? Dels 6 anys en endavant, és obligatori l'ús de mascareta al carrer, als espais a l'aire lliure i a qualsevol espai tancat que sigui d'ús públic o que sigui obert al públic, sempre que no sigui possible mantenir una distància d'un mínim de dos metres entre les persones. Aquesta obligació no s'aplica en el cas de persones que presentin algun tipus de dificultat respiratòria que es pugui agreujar amb l'ús de la mascareta; persones en què l'ús de la mascareta sigui contraindicat per motius de salut degudament justificats o persones que presentin alteracions de conducta per la seva situació de discapacitat o dependència que facin inviable utilitzar-ne. La mascareta tampoc és obligatòria quan es facin activitats en què, per la seva naturalesa, sigui incompatible l'ús de la mascareta, com pot ser la pràctica esportiva d'esforç intens, o per causes de força major o situació de necessitat. No és obligatori portar guants, però sí que és molt important rentar-se les mans abans i després de sortir al carrer, com a mesura de precaució.

9. Puc anar al meu centre de treball? Sí, amb les condicions de seguretat establertes en cada cas, però es continua fomentant el teletreball per a totes les persones treballadores que puguin treballar a distància.

10. Puc sortir a comprar quan vulgui? Sí, podeu anar a comprar, sense necessitat de cita prèvia i sense limitacions horàries. Cal respectar l'horari preferent de compra dels majors de 65 anys corresponent a les franges horàries de 10 a 12 hores i de 19 a 20 hores.

11. Puc anar a comprar a establiments fora del meu municipi? Sí, però es recomana fer-ho sempre a prop del domicili en el mateix municipi, per evitar desplaçaments innecessaris i reduir el temps a l'exterior. Anar a comprar fora del municipi està especialment justificat quan el producte no estigui disponible al mateix municipi o es tracti de supermercats o similars on es pot fer una compra concentrada o única.

12. Puc anar a comprar amb els menors? No és gens recomanable, però sí que es permet que us acompanyin si és imprescindible.

13. Puc fer la compra per a persones que no poden fer-la elles mateixes? Sí, però quan li porteu el que heu comprat, recordeu que cal mantenir la distància de seguretat de 2 metres i la resta de mesures de seguretat.

14. Puc visitar els meus familiars dependents? Sí, fins i tot si viuen fora de la vostra regió sanitària, si està justificat per necessitat i per garantir l'atenció que necessitin. Mantingueu la distància de 2 metres i eviteu el contacte físic.

15. Puc anar a veure el meu familiar/amic/veí a casa seva? Sí, està permès dins la mateixa regió sanitària del domicili propi mantenint la distància de seguretat i la resta de mesures preventives. Es pot anar a visitar les persones vulnerables (majors de 70 anys, persones amb malalties prèvies...), però cal evitar el contacte físic en general (petons, abraçades, etc.) i seguir les mesures de seguretat.

16. Puc deixar els meus fills a càrrec de la persona que els cuida habitualment perquè he d'anar a treballar? Sí, entenent que es tracta de tenir cura d'un menor d'edat.

17. Puc quedar amb gent a un espai públic o en un domicili particular? Els grups màxims de persones són de 15 persones en fase 2 i de 20 persones en fase 3 (aquest límit no s'aplicarà a persones que visquin juntes). Durant aquests contactes socials amb terceres persones, s'hauran de respectar les mesures de seguretat i higiene, com la distància mínima de seguretat de 2 metres, o establir mesures alternatives de protecció física, d'higiene de mans, etc.

18. Quan surti i torni a casa, puc fer servir l'ascensor? Sí, però és millor que feu servir les escales sempre que pugueu i deixeu l'ascensor per a la gent que el necessiti.

19. Puc anar a donar de menjar i beure als animals a càrrec si es troben en una altra regió sanitària? Només ho podreu fer en el temps i la forma imprescindibles sense poder passejar-los en grup.

20. Puc anar a l'hort si està fora del meu domicili habitual? Sí, sempre dins de la mateixa regió sanitària, fora només en cas d'autoabastiment.

21. Poden circular motocicletes, bicicletes i patinets? Sí. per les causes de mobilitat previstes. Es permet viatjar dues persones si porten casc integral amb visera o mascareta, o resideixen al mateix domicili. Si són d'ús compartit, cal que el conductor i l'acompanyant utilitzin guants, que poden ser els habituals de protecció per a motoristes.

22. Quin nombre de persones pot anar dins de vehicles particulars? En el cas de motocicletes i ciclomotors podran viatjar dues persones. En el dels vehicles de fins a 9 places, inclòs conductor, es poden ocupar totes les places si els ocupants resideixen al mateix domicili. En cas contrari, la limitació és de dues persones per fila si utilitzen mascareta i sempre respectant la màxima distància entre ells.

23. També està limitat el nombre de persones dins de vehicles professionals o d'empresa? Sí, les mateixes que en el cas anterior. A més, en el cas de camions, furgonetes o altres vehicles similars amb una única fila de seients, hi podran viatjar dues persones amb mascareta i garantint la distància màxima possible. En els autocars que lloguen les empreses per al transport, incloent-hi el transport per als seus treballadors, és obligatori l'ús de mascareta, i cal limitar l'ocupació de places deixant sempre un seient buit contigu a cada passatger, excepte en el cas que els passatgers convisquin al mateix domicili. La fila posterior al seient del conductor no es pot ocupar.

24. I dins de taxis i VTC? Fins a un màxim de dues persones per fila de seients addicional a la del conductor (segona i tercera fila de seients, si n'hi ha), amb la màxima distància possible entre els ocupants i fent ús de mascareta. En el cas que tots els usuaris convisquin al mateix domicili, podran anar tres persones per cada fila addicional de seients. Al costat del conductor, no hi pot anar ningú.

25. Puc anar a recollir un familiar a l'aeroport, a l'estació...? Sí, respectant les limitacions de mobilitat dins la regió sanitària i les mesures de seguretat establertes dins del vehicle.

26. Funciona el transport públic? Sí, però amb afectacions al servei i l'ocupació segons tipologia, amb l'objectiu d'evitar aglomeracions. Consulteu detalladament el gestor del servei. És obligatori utilitzar mascareta. En el cas d'autobusos o trens en què tots els passatgers van asseguts es poden ocupar tots els seients. Sempre que sigui possible es procurarà la màxima separació entre usuaris. En el cas de transport que inclogui viatgers dempeus l'ocupació de referència serà 2 usuaris per metre quadrat. Cal reforçar la higiene i desinfecció de mans abans d'accedir al transport públic i després de sortir-ne.

27. Hi ha alguna limitació en la mobilitat específica als carrers? Cal respectar les mesures de circulació habituals i les restriccions que es puguin establir puntualment d'horari o nombre de persones. A més, si camineu per la dreta sempre que pugueu, us creuareu amb menys persones.

28. Hi ha algun "certificat de mobilitat" o document oficial que hagi de portar per poder circular a peu o amb vehicle? El Departament d'Interior ha elaborat un certificat de declaració autoresponsable que facilita demostrar que el desplaçament s'ajusta a les restriccions de l'estat d'alarma. És voluntari i no obligatori i es pot obtenir a través del seu web. Complementàriament, les persones treballadores tenen dret a disposar d'un certificat de la seva empresa conforme han de desenvolupar una activitat laboral. No està limitat a un model concret de certificat.

29. Com justificar una causa de força major o situació de necessitat per circular a l'exterior? Porteu a sobre els documents que certifiquin la situació de necessitat o causa de força major perquè la policia ho pugui comprovar. Són només situacions de molta alta excepcionalitat.

30. He de canviar de pis i fer la mudança. Puc fer-ho? Sí, porteu al damunt la documentació que ho acrediti. Cal considerar el dret a pròrroga per un període màxim de 6 mesos dels contractes de lloguer que finalitzen durant el període de declaració d'estat d'alarma i dos mesos després.

31. Estan permesos els vols d'oci? En quines condicions? Sí, estan permesos els vols d'oci en grups de màxim 20 persones, inclòs el pilot.

Sobre sortida de nens i nenes al carrer

32. A quines hores poden sortir? A qualsevol hora del dia.

33. Qui pot fer la passejada i com? Nens i nenes de fins a 13 anys inclosos, com a màxim en grups de 15 persones, excepte en el cas que convisquin junts. Dels 6 anys en endavant, han de portar mascareta sempre que no sigui possible garantir la distància de 2 metres entre persones. Els menors poden sortir acompanyats del germà o germana que ja té 18 anys perquè ja és una persona adulta, però sempre que visquin a la mateixa casa o estiguin a càrrec seu.

34. Poden sortir amb més d'una persona adulta? Si, poden sortir en grups de màxim 15 persones (20 en fase 3), excepte en el cas que visquin junts, que no s'aplicarà aquesta restricció.

35. Cal portar alguna documentació? Si l'adult que acompanya el menor no és el pare, mare o tutor, cal que porti una autorització expressa del pare, mare o tutor. Cal portar la documentació personal.

36. Es pot anar al parc infantil, als gronxadors i tobogans? No es pot pujar als tobogans, gronxadors ni altres jocs perquè les superfícies poden estar contaminades.

37. Es pot anar a instal·lacions esportives? Sí, està permès anar a les instal·lacions esportives a l'aire lliure i cobertes, així com a les piscines. Ara bé, cal concertar cita prèvia.

38. Es pot aprofitar per berenar al carrer? No és recomanable menjar, però sí que es pot beure si es necessita.

39. Poden aprofitar per acompanyar la persona adulta i anar a comprar? No és recomanable que entrin a les botigues, però sí que es permet que acompanyin l'adult a comprar, si és imprescindible.

40. Si es troben un amic o amiga o familiar, es poden saludar i xerrar? Sí, però sempre cal mantenir la distància de 2 metres i no tocar-se per precaució. El grup pot ser d'un màxim de 15 persones, sense que s'apliqui a persones que conviuen en el mateix domicili. En el cas que us trobeu amb els avis o padrins, com que són especialment vulnerables, cal extremar les precaucions.

41. En sortir i tornar a casa, poden fer servir l'ascensor? Sí, però és millor fer servir les escales sempre que es pugui i deixar l'ascensor per a la gent que el necessiti.

Comerç i serveis

42. Quins establiments, comerços i locals poden obrir? Els establiments, els locals, els centres/parcs comercials i de prestació de serveis poden obrir al públic sempre que es redueixi al 40% l'aforament a la zona de venda (50% en fase 3) en cadascuna de les plantes i que es garanteixi una distància mínima de dos metres entre clients. S'haurà d'establir un horari d'atenció prioritari per a persones de més de 65 anys. Les accions comercials o de promoció han d'anar acompanyades de mesures destinades a assegurar que no es generin aglomeracions. Els establiments fixaran les mesures de seguretat i higiene adients que considerin necessàries. Si us trobeu malament, teniu diagnosticada la malaltia o esteu en aïllament, no aneu a cap establiment.

43. Quines limitacions tenen les zones comunes dels centres comercials? En fase 2, les zones comunes, enteses com a zones de pas, han de limitar l'aforament al 30% i prohibir la utilització de les zones recreatives, com ara zones infantils, ludoteques o àrees de descans. A més a més, han de complir les mesures d'higiene previstes. Els bars i restaurants, dins d'aquests centres comercials, es regiran per la seva normativa. Consulteu l'apartat: turisme, hostaleria i restauració.

En fase 3, les zones comunes, enteses com a zones de pas, i les zones recreatives, com ara zones infantils, ludoteques o àrees de descans, han de limitar l'aforament al 40% i evitar aglomeracions,. A més a més, han de complir les mesures d'higiene previstes. Els bars i restaurants, dins d'aquests centres comercials, es regiran per la seva normativa. Consulteu l'apartat: turisme, hostaleria i restauració.

44. Tots els establiments poden fer sistema de recollida per emportar? Sí, tots els establiments i locals que puguin obrir al públic i que no podien fer-ho anteriorment, sempre que estableixin un sistema de recollida esglaonat que eviti aglomeracions tant a l'interior com a l'exterior.

45. Les persones grans tenen preferència? Sí, els establiments han d'establir un horari d'atenció preferent per a majors de 65 anys, que ha de coincidir amb les franges horàries per fer activitat física o passeig d'aquest col·lectiu (de 10 a 12 hores i de 19 a 20 hores).

46. Quanta estona hi puc estar? Només la imprescindible per comprar el producte o rebre el servei.

47. Quan vagi al comerç o servei, puc entrar-hi amb acompanyant? Es recomana anar-hi de forma individual i, en tot cas, accedir-hi acompanyant una persona amb discapacitat, menor o gent gran, si cal.

48. Cal garantir distàncies dins la botiga? Sí, sempre cal garantir una distància mínima de 2 metres entre client i persona treballadora, i també entre aquestes. Només podrà reduir-se a 1 metre quan hi hagi elements de protecció o barrera. La distància de seguretat de 2 metres ha d'estar senyalitzada de forma clara amb marques a terra o mitjançant balises, cartells i senyalització, i en cas que no es pugui garantir aquesta distància, els clients hi accediran d'un en un.

49. He de portar mascareta? És obligatori que les persones portin mascareta dels 6 anys en endavant, sempre que no sigui possible mantenir una distància d'un mínim de dos metres entre les persones. En el cas de rebre un servei que no permet mantenir la distància de seguretat interpersonal, com són les perruqueries, els centres d'estètica o de fisioteràpia, tant el treballador com el client han d'utilitzar un equip de protecció (mascareta). En general, les persones treballadores de l'establiment han de portar-la si no es pot respectar la distància mínima de 2 metres amb els clients.

50. He de portar guants? No és obligatori, en general. Feu-ne servir als establiments d'alimentació i a d'altres quan el comerciant us ho indiqui.

51. M'he de rentar les mans abans d'accedir-hi? Feu sempre un rentat o desinfecció de mans abans de sortir de casa i en tornar-hi. A l'entrada dels establiments, tindreu a disposició dispensadors de gel hidroalcohòlic. Feu-ne servir per prevenció, sempre de forma adequada. A l'establiment, eviteu tocar cap superfície. Dins de l'establiment, disposareu d'una paperera amb obertura de pedal per si heu de llençar algun element en aquell moment.

52. Quin és el protocol de neteja que han de complir els establiments? Entre altres mesures, és obligatori la neteja i desinfecció dels establiments dos cops al dia, amb especial atenció a les superfícies de contacte més freqüents: panys de les portes, mostrador, mobles, mampares, màquines dispensadores, terra, telèfons...

53. Puc tocar els productes? No, els productes només els pot manipular el comerciant. Els establiments d'alimentació es regeixen per les normes aplicades fins ara i es poden tocar els productes si el comerciant ha facilitat guants.

54. Puc fer servir productes de prova? No, no està permès.

55. Puc demanar per anar al bany a la botiga o local? Només excepcionalment. El comerciant haurà d'establir els protocols de neteja i desinfecció adients.

56. Puc emprovar-me roba a la botiga? Sí, podeu fer servir els emprovadors de forma individual. Després de cada ús individual, el comerciant ha de netejar i desinfectar l'emprovador. Si no s'adquireix la peça de roba, el comerciant l'ha d'higienitzar abans de posar-la a disposició d'un altre client.

57. Poden obrir els mercats municipals? Sí, els mercats municipals corresponents a instal·lacions fixes no temporals poden funcionar i poden obrir les parades d'alimentació i begudes, productes higiènics, i d'altres de primera necessitat. Ara també la resta de parades d'altres productes.

58. Poden fer-se els mercats setmanals, no sedentaris? Sí, poden obrir, prioritzant les

parades d'alimentació, begudes i productes higiènics i d'alimentació animal d'aquests mercats, sempre que compleixin les mesures per prevenir els contagis.

59. Quines són les mesures que han d'adoptar els mercats setmanals, no sedentaris? Pel que fa a les parades d'alimentació, begudes i productes higiènics i d'alimentació animal i d'altres de primera necessitat, es considera que formen part de l'autorització prèvia. Per a la resta de parades d'altres productes, l'ajuntament pot autoritzar-les amb la limitació d'un terç de les parades habituals o autoritzades. Alternativament, es pot incrementar la superfície habilitada per al mercat setmanal o habilitar nous dies, per assolir el mateix nombre de parades que existia anteriorment. Els ajuntaments han d'establir els requisits de distanciament entre parades i les condicions de delimitació del mercat no sedentari, amb l'objectiu de garantir la distància de seguretat interpersonal de 2 metres.

60. Els subministraments a botigues d'aliments i supermercats estan assegurats? Sí, la distribució alimentària està considerada un servei essencial i l'arribada de productes bàsics es coordina amb les plataformes de distribució.

61. Estan oberts els centres i serveis on es presten serveis socials? Sí, es garanteix la prestació efectiva de tots els serveis socials recollits al catàleg de referència dels serveis socials. Es prioritzarà que els serveis i prestacions es facin per via telemàtica, reservant l'atenció presencial per a aquells casos que sigui imprescindible. Està garantida la disponibilitat d'accés als serveis de teràpia, rehabilitació, atenció precoç i atenció diürna per a persones amb discapacitat i/o en situació de dependència.

Turisme, hostaleria i restauració

62. Els establiments de restauració i hostaleria (restaurants, bars cafeteries i altres establiments de preparació o venda de menjars i begudes) poden obrir al públic?

En fase 2:

Es permet l'obertura de les terrasses a l'aire lliure amb les condicions següents:

- Ocupació màxima del 50% de les taules (respecte a la llicència municipal).
- Màxim de 15 persones juntes en una taula (o grup de taules), respectant la distància mínima de seguretat.
- Distància de 2 metres entre taules i agrupacions de taules, aquesta distància de 2 metres també s'ha de respectar entre persones que ocupen taules diferents.

Es permet l'obertura de l'interior de l'establiment d'hostaleria i restauració per menjar i beure amb les condicions següents:

- Ocupació màxima del 40% d'aforament (respecte a la llicència municipal).
- Distància de 2 metres entre taules i agrupacions de taules. Aquesta distància de 2 metres també s'ha de respectar entre persones que ocupen taules diferents.
- Preferentment amb cita prèvia.
- No es podrà consumir a la barra de l'establiment.
- El local ha d'establir un itinerari per evitar aglomeracions per prevenir el contacte entre clients.

No es permet l'obertura de discoteques ni locals d'oci nocturn.

En fase 3:

Es permet l'obertura de les terrasses a l'aire lliure amb les condicions següents:

- Ocupació màxima del 75% de les taules (respecte a la llicència municipal).

- Màxim de 20 persones juntes en una taula (o grup de taules), respectant la distància mínima de seguretat.
- Distància de 2 metres entre taules i agrupacions de taules, aquesta distància de 2 metres també s'ha de respectar entre persones que ocupen taules diferents.

Es permet l'obertura de l'interior de l'establiment d'hostaleria i restauració per menjar i beure amb les condicions següents:

- Ocupació màxima del 50% d'aforament (respecte a la llicència municipal).
- Distància de 2 metres entre taules i agrupacions de taules. Aquesta distància de 2 metres també s'ha de respectar entre persones que ocupen taules diferents.
- Preferentment amb cita prèvia.

En fase 3 també es poden obrir discoteques i bars d'oci nocturn així:

- Ocupació màxima del 33% de l'aforament (respecte a la llicència municipal).
- La pista de ball només es pot fer servir per a la ubicació de taules i no es pot ballar.
- Distància de 2 metres entre taules i agrupacions de taules. Aquesta distància de 2 metres també s'ha de respectar entre persones que ocupen taules diferents.
- Es pot consumir a la barra de l'establiment sempre que es puguin garantir 2 metres de separació entre persones.
- En qualsevol cas l'usuari ha de romandre assegut durant l'estada dins del local o bé consumir a la barra.
- El local ha d'establir un itinerari per evitar aglomeracions per prevenir el contacte entre clients.

Es permet l'obertura de les terrasses amb les condicions següents:

- Ocupació màxima del 75% de les taules (respecte a la llicència municipal).
- La pista de ball només es pot fer servir per a la ubicació de taules i no es pot ballar.
- Màxim de 20 persones juntes en una taula (o grup de taules), respectant la distància mínima de seguretat.
- Es pot consumir a la barra de l'establiment sempre que es puguin garantir 2 metres de separació entre persones.
- En qualsevol cas l'usuari ha de romandre assegut durant l'estada dins del local o bé consumir a la barra.
- Distància de 2 metres entre taules i agrupacions de taules, aquesta distància de 2 metres també s'ha de respectar entre persones que ocupen taules diferents.

63. Quina distància s'ha de respectar entre persones de taules diferents? La distància entre persones assegudes en taules diferents també ha de ser de 2 metres.

64. Els establiments de restauració i hostaleria (restaurants, bars cafeteries i altres establiments de preparació o venda de menjars i begudes) poden vendre menjar i beguda? Sí, poden acceptar comandes, que hauran de servir a les terrasses o a l'interior de l'establiment. Els clients podran recollir les comandes amb encàrrec previ o es podrà fer entrega a domicili.

65. Les comandes es poden fer al mateix establiment? Sí. Recordeu que també es poden fer per telèfon o per internet.

66. Com han de fer les entregues les persones encarregades de l'establiment d'hostaleria? L'establiment ha de tenir un espai habilitat i degudament senyalitzat perquè els clients recullin les comandes i efectuïn el pagament. Cal preveure la separació física de 2 metres o, en el cas que no sigui possible, mitjançant mampares o mostradors de separació. El local establirà un itinerari per evitar aglomeracions per prevenir el contacte entre clients. És obligatori l'ús de mascareta sempre que no sigui possible garantir la distància física de 2 metres amb altres persones.

67. I si és un establiment ja habilitat perquè el client faci la comanda i reculli el menjar / les begudes des del seu vehicle? En aquest cas, tant l'encàrrec com la recollida de la comanda es pot fer mitjançant aquest servei.

68. Els treballadors han de disposar d'algun equipament especial? El titular de l'activitat ha de garantir que tots els treballadors tinguin a la seva disposició com a mínim mascaretes i gel hidroalcohòlic o sabó per a un rentat de mans complet. També ha de garantir les mesures de prevenció de riscos generals i altres d'específiques per a la prevenció de la Covid-19.

69. Quines mesures d'higiene s'estableixen per a la seguretat dels clients? L'establiment haurà de dur a terme les accions següents:

- Tenir dispensadors de gel hidroalcohòlic a l'entrada a disposició dels clients.
- Dur a terme una neteja i desinfecció dels equipaments, en particular taules i cadires, entre un client i l'altre.
- Fer servir, prioritàriament, estovalles d'un sol ús.
- Eliminar els productes d'autoservei com ara setrilleres, portatovallons, etc.
- Emmagatzemar en llocs tancats els elements auxiliars fora de les zones de pas dels clients i els treballadors.
- Evitar fer servir cartes o altres elements d'ús comú.
- Fomentar el pagament amb targeta i desinfectar després de cada ús.
- Establir una ocupació màxima dels lavabos per als clients d'una persona per 4 m2 (excepte necessitat d'assistència). En el cas de lavabos més grans, es podran utilitzar fins a un terç dels urinaris, sempre guardant la distància de 2 metres.
- S'ha de reforçar la neteja i desinfecció dels lavabos.

70. Pot obrir el restaurant o la cafeteria d'una àrea de servei o benzinera? Sí, en les mateixes condicions que la resta de restauració i hostaleria.

71. Estan oberts els hotels i els establiments turístics? Poden obrir amb limitacions. En fase 2, les zones comunes poden estar obertes fins a un terç de l'aforament. Es permet l'ús de piscines, spas, gimnasos o salons d'esdeveniments. Les classes en grup o espectacles d'animació tindran un aforament màxim de 20 persones, sempre guardant la distància de seguretat interpersonal de 2 metres. Si no es pot garantir, és obligatori l'ús de mascareta. Si es realitzen en espais tancats, caldrà ventilar la sala 2 hores abans de l'ús previst. En finalitzar l'activitat, l'espai s'ha de netejar i desinfectar sempre. Cal garantir sempre les distàncies de seguretat i la neteja i desinfecció.

En fase 3, les zones comunes poden estar obertes fins a un 50% del seu aforament. Es permet l'ús de piscines, spas, gimnasos o salons d'esdeveniments. Les classes en grup o espectacles d'animació tindran un aforament màxim de 20 persones, sempre guardant la distància de seguretat interpersonal de 2 metres. Si no es pot garantir, és obligatori l'ús de mascareta. Si es realitzen en espais tancats, caldrà ventilar la sala 2 hores abans de l'ús previst. En finalitzar l'activitat, l'espai s'ha de netejar i desinfectar sempre. Cal garantir sempre les distàncies de seguretat i la neteja i desinfecció.

72. Es pot fer turisme actiu i de natura? Sí, per a grups màxims de 20 persones en fase 2 i de 30 en fase 3, amb empreses registrades de turisme actiu i preferentment mitjançant cita prèvia. Caldrà garantir la distància interpersonal de 2 metres: si no es pot, caldrà utilitzar equips de protecció adequats.

73. Quins espais es poden fer servir en el desenvolupament de l'activitat de turisme actiu? No es poden fer activitats en locals o establiments; aquests només podran estar oberts en la zona de recepció, lavabos i vestidors, si s'escau, garantint sempre les distàncies de seguretat i la neteja i desinfecció.

74. Quines són les condicions d'ús dels lavabos per a les activitats de turisme actiu? L'ocupació d'aquests serà de màxim 1 persona per 4 m2 , excepte quan l'hagin de fer servir persones que necessitin assistència. En el cas de lavabos més grans, es podran utilitzar fins a un terç dels urinaris, sempre guardant la distància de 2 metres. Els lavabos i vestidors han de disposar de sabó, gel hidroalcohòlic o desinfectants autoritzats, i cal netejar-los i desinfectar-los.

75. Poden obrir els centres recreatius turístics, els zoològics o els aquaris? Només en fase 3, sempre a un 50% de l'aforament i limitant a un terç l'ocupació de les atraccions i llocs tancats. Als establiments de restauració i d'allotjament que hi hagi a l'interior dels centres, els són aplicables les mesures establertes de manera general per al seu àmbit.

Activitats esportives

76. On es pot fer pràctica esportiva? Es pot practicar esport a qualsevol espai públic, inclosos els espais naturals, i dins d'instal·lacions esportives, sempre a la regió sanitària del domicili. Cal respectar els possibles tancaments d'espais que, per raons de seguretat, duguin a terme les autoritats locals.

77. A quines hores puc sortir? Es pot fer lliurement, en fase 3 s'han eliminat les franges horàries. En fase 2, en canvi, cal evitar les franges horàries reservades per a la gent gran, compreses entre les 10.00 i les 12.00 hores i entre les 19.00 i les 20.00 hores.

78. Amb qui puc anar a fer esport? L'exercici físic es pot fer com a màxim en grups de 15 persones (20 en fase 3) i sempre que no hi hagi contacte físic, excepte en el cas de persones convivents.

79. Quines són les mesures a tenir en compte en la pràctica esportiva a l'aire lliure i en instal·lacions a l'aire lliure? L'única restricció per a la pràctica esportiva a l'aire lliure és que no hi hagi contacte físic i no se superi el nombre màxim de 15 persones (20 en fase 3). Està permesa la pràctica d'esports per parelles, sempre sense contacte físic, mantenint la distància social de 2 metres.

80. Quan passegi pel carrer o faci esport, puc anar per on vulgui? Atès que hi ha activitats en què l'ús de mascareta no és compatible, cal garantir la distància de seguretat en tot moment i es recomana no anar a llocs concorreguts. Aquestes són les distàncies que cal mantenir en funció de l'activitat:

- Passejar: 2 metres
- Córrer, patins, patinets o bici : 10 metres
- Bici amb alta intensitat: 20 metres

81. I a les instal·lacions esportives cobertes i centres esportius? En fase 2, a les instal·lacions cobertes i centres esportius està permesa la pràctica individual amb cita prèvia i per torns. Està permesa la pràctica d'esports per parelles, sempre sense contacte físic, mantenint la distància social de 2 metres. En cap cas es podrà superar el 30% d'aforament d'usuaris. Es poden utilitzar els vestidors. Cal garantir la neteja i desinfecció de les instal·lacions. És obligatori mantenir la distància de seguretat de 2 metres.

En fase 3, en les instal·lacions i centres esportius es podrà fer activitat esportiva en grups de fins a 20 persones, sense contacte físic, i sempre que no se superi el 50% de l'aforament màxim permès. No és necessari concertar cita prèvia. Es poden utilitzar els vestidors i les zones de dutxes. Cal garantir la neteja i desinfecció de les instal·lacions. És obligatori mantenir la distància de seguretat de 2 metres.

82. I a les piscines d'ús esportiu? No es podrà superar el 30% d'aforament d'usuaris i es poden utilitzar els vestidors. Caldrà cita prèvia i establir torns. En el cas que la piscina es divideixi per

carrils d'entrenament, caldrà evitar l'acumulació de persones i que es compleixi la distància física de 2 metres. Està permesa la pràctica d'esports per parelles, sempre sense contacte físic, mantenint la distància física de 2 metres. Cal garantir sempre les distàncies de seguretat i la neteja i desinfecció.

83. Puc fer servir el cotxe o el transport públic per anar a fer esport o per passejar? Sí que es permet dins l'àmbit de la unitat territorial.

84. Soc esportista federat, tinc les mateixes condicions? Les condicions són les mateixes pel que fa a la pràctica de l'esport, respectant la franja horària de la gent gran.

85. Els esportistes federats poden entrenar? Sí, els esportistes de clubs participants en lligues no professionals poden fer entrenaments de manera individual i complint les mesures de prevenció i higiene corresponents.

Piscines recreatives i platges

86. Poden reobrir les piscines recreatives? Sí, poden reobrir, però abans de l'obertura cal fer una neteja i desinfecció generalitzada. Caldrà tenir especial cura dels espais tancats, com poden ser els vestidors i banys.

87. Quin aforament i condicions d'obertura cal complir? Aforament màxim permès és del 30% de la capacitat de la instal·lació, sempre que permeti assegurar la distància de 2 metres entre usuaris. En cas contrari, s'ha de reduir l'aforament fins a aconseguir aquests 2 metres. Caldrà establir un sistema de reserva per mitjà de cita prèvia i s'hauran d'organitzar torns.

88. Quins serveis no es poden fer servir o el seu ús està restringit? No es poden utilitzar les dutxes dels vestidors ni de les fonts d'aigua. Els lavabos es poden fer servir amb una ocupació una persona per a espais de fins a 4 m2, excepte en aquells supòsits de persones que puguin requerir assistència; en el cas de lavabos més grans, es podran utilitzar fins a la meitat dels urinaris o cabines, sempre guardant la distància de 2 metres. A més, els lavabos han de tenir sempre sabó i/o gel hidroalcohòlic.

89. Les piscines comunitàries i d'urbanitzacions poden obrir? Sí, i per minimitzar el risc de transmissió del virus, cal que tinguin en compte les mesures de neteja i desinfecció establertes per a les piscines recreatives dels espais comuns. Cal tenir especial cura de les superfícies de més contacte amb les mans, i s'ha de continuar garantint el manteniment i control correctes de la qualitat de l'aigua. D'altra banda, cal que adoptin les mesures organitzatives oportunes per tal que es puguin respectar les restriccions de distanciament de seguretat establertes en cada fase del desconfinament. Igual com per a la resta de zones comunes de la comunitat, cal respectar la limitació de grups d'un màxim de 15 persones (20 en fase 3), mantenint les mesures de seguretat (ús de mascareta, distància de 2 metres, absència de contacte físic...). Eviteu el contacte amb els elements comuns, com ara bancs o similars.

90. Es pot anar a la platja? Sí, sempre que el municipi n'hagi habilitat l'obertura i a aquelles que es trobin dins de la vostra regió sanitària. Es pot anar a la platja per banyar-se, passejar i fer activitats esportives i d'esbarjo, sempre que es respecti la distància entre persones de 2 metres i fent-ne un ús responsable d'acord amb les directrius establertes per les autoritats sanitàries.

91. Què he de tenir en compte per fer les activitats permeses? Les activitats permeses són l'esport i activitats d'oci en general, sempre donant compliment als aspectes següents:

- Grups de màxim 15 persones (20 en fase 3), excepte convivents.
- No hi ha d'haver contacte físic.
- Hi ha d'haver una distància de 2 metres entre assistents, incloent tovalloles i altres objectes personals, a excepció dels usuaris que visquin junts.

92. Existeix limitació d'accés a la platja? Sí, l'ajuntament podrà establir limitacions d'accés, però aquest serà sempre gratuït. A més, també poden establir un temps de permanència màxim.

93. Quins serveis puc fer servir a la platja? Està permès l'ús de dutxes i rentapeus que siguin a l'aire lliure, així com lavabos, vestidors i altres serveis públics similars. Cal tenir en compte que l'ocupació màxima és d'una persona per 4 m2 (excepte necessitat d'assistència), en el cas de lavabos més grans, es podran utilitzar fins a la meitat dels urinaris o cabines, sempre guardant la distància de 2 metres.

94. Es permet la navegació d'oci? Sí, la navegació d'oci està permesa dins la regió sanitària. En fase 2, només es pot ocupar amb el 75% de les persones autoritzades, a excepció que convisquin juntes, cas en què es pot arribar al 100%, i no podran ser més de 10 persones.

95. Es poden contractar serveis com gandules, motos aquàtiques, hidropedals i embarcacions d'oci? Sí però s'hauran de netejar i desinfectar quan canviï d'usuari. En el cas dels negocis de motos aquàtiques, hidropedals i similars, caldrà complir els mateixos requeriments que per a la resta de comerç.

96. Poden obrir els "xiringuitos" o llocs de restauració? Sí, i se'ls apliquen les mateixes condicions establertes per a la resta d'activitats de restauració. Consulteu l'apartat: turisme, hostaleria i restauració.

Caça i pesca

97. Quin tipus d'activitat cinegètica i pesca esportiva i recreativa estan permeses? Totes les modalitats, sempre que es respecti la distància de seguretat i mesures d'higiene i prevenció.

98. Quines són les mesures d'higiene generals aplicables a les activitats cinegètiques i de pesca esportiva i recreativa? A més de les mesures d'higiene generals, cal tenir en compte que:

- Si no es pot mantenir la distància de seguretat de 2 metres, és obligatori l'ús de mascareta.
- No es poden compartir eines ni utillatge de menjar o beguda.
- S'ha de netejar i desinfectar el vestidor després de cada ús.
- S'han de netejar i desinfectar les eines que s'han fet servir.
- En el cas de l'activitat cinegètica, si implica més d'un caçador, cal disposar d'un pla d'actuació en què es detallin les mesures de prevenció i higiene.

Cerimònies i actes religiosos

99. Puc assistir a un acte de culte? En fase 2, es permet l'assistència a llocs de culte sempre que no se superi el 50% de l'aforament, que ha d'estar senyalitzat correctament. És obligatori que facin servir mascareta les persones dels 6 anys en endavant, sempre que no sigui possible mantenir una distància d'un mínim de 2 metres entre elles. Cal desinfectar abans i després de cada acte i, durant l'acte, desinfectar els objectes d'ús compartit freqüent. S'han de complir les mesures generals d'higiene i distància entre seients d'1 metre. No es poden emprar els espais exteriors dels edificis ni la via pública, ni tampoc els passadissos o els espais laterals interiors dels edificis. Caldrà posar a disposició dels assistents gels hidroalcohòlics o desinfectants d'activitat viricida autoritzats pel Ministeri de Sanitat. No es permet fer servir aigua beneïda ni les ablucions. S'han de fer sevir catifes individuals en el cas d'anar descalços pel terra i les sabates s'han d'embossar degudament en un espai previst específic. En les celebracions, limitades al temps imprescindible, s'ha d'evitar el contacte físic, la distribució de llibres o similars, tocar objectes de devoció o similars i l'actuació de corals.

En fase 3, es permet l'assistència a llocs de culte sempre que no se superi el 75% de l'aforament, que ha d'estar senyalitzat correctament. És obligatori que facin servir mascareta les

persones dels 6 anys en endavant, sempre que no sigui possible mantenir una distància d'un mínim de 2 metres entre elles. Cal desinfectar abans i després de cada acte i, durant l'acte, desinfectar els objectes d'ús compartit freqüent. S'han de complir les mesures generals d'higiene i distància entre seients d'1 metre. No es poden emprar els espais exteriors dels edificis ni la via pública, ni tampoc els passadissos o els espais laterals interiors dels edificis. Caldrà posar a disposició dels assistents gels hidroalcohòlics o desinfectants d'activitat viricida autoritzats pel Ministeri de Sanitat. No es permet fer servir aigua beneïda ni les ablucions. S'han de fer sevir catifes individuals en el cas d'anar descalços pel terra i les sabates s'han d'embossar degudament en un espai previst específic. En les celebracions, limitades al temps imprescindible, s'ha d'evitar el contacte físic, la distribució de llibres o similars, tocar objectes de devoció o similars i l'actuació de corals.

100. Puc anar a sales de vetlla, cerimònies o sepelis en cas de mort d'un familiar o amic? S'autoritzen les sales de vetlla en tot tipus d'instal·lacions, públiques o privades, amb un límit màxim de 25 persones en espais a l'aire lliure i 15 persones en espais tancats que en fase 3 es converteixen en 50 a l'aire lliure i 25 en espais tancats. La participació en la comitiva per a l'enterrament es restringeix a un màxim de 25 persones en fase 2 i 50 en fase 3. En tot cas, s'hauran de respectar les mesures de seguretat i higiene establertes, la distància mínima de seguretat de 2 metres i la higiene de mans.

101. Estan permesos els casaments o altres cerimònies religioses de caràcter social? S'autoritzen els casaments o altres cerimònies religioses de caràcter social, en instal·lacions públiques o privades, amb un límit màxim de 100 persones a l'aire lliure (150 en fase 3) i 50 en espais tancats (75 en fase 3), sempre que no es superi el 50% de l'aforament o el 75% si ja és en una regió de la fase 3. En tot cas, s'han de respectar les mesures de seguretat i higiene establertes, la distància mínima de seguretat de 2 metres i la higiene de mans.

Locals i actes culturals

102. Puc anar al cine, al teatre o a un altre espectacle cultural? Sí. En fase 2, aquestes activitats estan obertes al públic amb les condicions següents: limitant l'aforament a un terç, amb butaques preassignades i caldrà garantir la distància de seguretat de 2 metres a les cues d'entrades i sortides d'espectadors; a més, s'hauran d'establir sistemes de control d'aglomeracions quan hi hagi més de 50 persones. És obligatori l'ús de mascareta. En els locals i establiments d'espectacles que no són ni cines, ni teatres, ni auditoris o similars, no es poden reunir més de 50 persones. Quan els espectacles siguin a l'aire lliure, el públic haurà d'estar assegut, mantenint la distància necessària, respectant un terç d'aforament, i, com a màxim, podran reunir 400 persones. A més, caldrà establir un sistema de control per evitar aglomeracions quan es prevegin més de 50 persones.

En fase 3, aquestes activitats estan obertes al públic amb les condicions següents: limitant l'aforament al 50%, amb butaques preassignades i caldrà garantir la distància de seguretat de 2 metres a les cues d'entrades i sortides d'espectadors; a més, s'hauran d'establir sistemes de control d'aglomeracions quan hi hagi més de 50 persones. És obligatori l'ús de mascareta sempre que no sigui possible garantir la distància física de 2 metres amb altres persones.

103. Les biblioteques estan obertes? Hi puc anar? En fase 2, les biblioteques poden obrir per oferir el servei de préstec, consulta i lectura a sala i informació bibliogràfica i bibliotecària i amb mesures de seguretat. Es permet l'estudi a les sales, el préstec interbibliotecari, l'ús dels ordinadors i mitjans informàtics i l'ús de catàlegs d'accés públic o en fitxes. Les sales infantils i les col·leccions de lliure accés romandran tancades. Es limita l'ocupació a un 30% de l'aforament màxim. Els documents i llibres consultats passaran una quarantena de 14 dies abans de tornar a préstec. És obligatori l'ús de mascareta sempre que no sigui possible garantir la distància física de 2 metres amb altres persones.

En fase 3, les normes són:

- L'estudi a les sales sempre que es donin les condicions necessàries segons la direcció de la biblioteca, i no se superi el 50% de l'aforament autoritzat.
- El préstec interbibliotecari, l'ús dels ordinadors i mitjans informàtics i l'ús de catàlegs d'accés públic o en fitxes.
- Les sales infantils i les col·leccions de lliure accés romandran tancades.
- Els documents i llibres consultats passaran a una quarantena de 14 dies abans de tornar a préstec.
- La realització d'activitats culturals a les biblioteques, sempre que no se superi el 50% de l'aforament autoritzat. En tot cas, s'haurà de mantenir una distància de seguretat interpersonal de dos metres entre els assistents.

104. Els museus, sales d'exposició o monuments estan oberts? Hi puc anar? Els museus, sales d'exposició o monuments també poden obrir, amb limitacions d'un terç de l'aforament (la meitat en fase 3), mantenint distàncies de 2 metres de seguretat i visites individuals ("individual" s'entén també com a unitat familiar o de convivència). És obligatori l'ús de mascareta sempre que no sigui possible garantir la distància física de 2 metres amb altres persones.

Centres educatius i universitats

105. Estan obertes les escoles, acadèmies o altres centres formatius no universitaris? Es permet flexibilitzar mesures i la reobertura de centres i activitats presencials en l'àmbit no universitari, sense superar el 30% de l'aforament. Sempre que sigui possible, es mantindrà formació a distància.

106. Estan permeses les classes pràctiques de conducció? Si, és obligatori l'ús de mascareta tant per part de professors com dels alumnes i cal desinfectar el vehicle.

107. Estan oberts els centres i laboratoris universitaris? Està permesa l'obertura dels centres universitaris per a la desinfecció i condicionament i per dur a terme tasques administratives inajornables. Està permesa l'obertura de laboratoris universitaris per dur a terme tasques de recerca que li son pròpies.

108. Poden obrir les instal·lacions cientificotècniques? Sí, totes les entitats, públiques i privades que desenvolupin o donin suport a activitats de recerca científica i tècnica i que desenvolupin o innovin en els camps de l'economia i de la societat.

109. Es poden celebrar seminaris i congressos? Sí, està permesa la realització de congressos, trobades, esdeveniments i seminaris dins l'àmbit de la recerca científica i tècnica, el desenvolupament i la innovació. El nombre màxim d'assistents és de 50 (80 en fase 3) i s'ha d'afavorir la participació no presencial.

Treball, gestions i altres

110. Hi ha mesures especials previstes per als centres de treball? Sí, les mínimes a tenir en compte són:

- El foment del teletreball sempre que sigui possible.
- L'establiment d'una separació de 2 mestres entre treballadors, així com en relació amb els usuàries amb els quals interactuïn. En el cas que no es pugui mantenir aquesta distància, s'han d'habilitar equips de protecció com ara mascaretes o barreres.
- La creació de sistemes organitzatius de torns i condicions de treball que permetin garantir les distàncies de seguretat i evitar la coincidència massiva de treballadors.
- La limitació de l'ús dels ascensors o muntacàrregues.
- La disposició de forma permanent d'aigua i sabó o gels hidroalcohòlics o desinfectants amb activitat viricida autoritzats per als treballadors.

- El sistema d'empremta dactilar s'ha de substituir per un altre de control horari sense contacte, o s'haurà de desinfectar després de cada ús.
- La desinfecció de forma freqüent dels espais de treball, sobretot els comuns i les superfícies, d'acord amb les indicacions de les autoritats sanitàries.
- La ventilació adequada dels espais.
- L'ocupació màxima dels lavabos és d'una persona per 4 m2 (excepte necessitat d'assistència); en el cas de lavabos més grans, es podran utilitzar fins a la meitat dels urinaris o cabines, sempre guardant la distància de 2 metres. Se n'ha de reforçar la neteja i desinfecció.
- La desinfecció diària de la roba dels treballadors.
- Els treballadors amb símptomes han de marxar del seu lloc físic de treball. Caldrà que es posin en contacte amb Salut i amb el seu servei de prevenció de riscos laborals.

Finalment, cal tenir present que cada tipologia d'activitat pot tenir les seves condicions particulars.

111. Estan permesos els congressos, trobades, reunions de negocis, conferencies i esdeveniments? Es permet la reobertura de pavellons de congressos, sales de conferències, sales polivalents i altres establiments o equipaments similars.

L'activitat està obligada a complir les mesures de seguretat i higiene i ha garantir:

- Distància de seguretat de dos metres
- Màxim 50 assistents (80 en fase 3)
- Foment de la participació no presencial

En el cas que no es pugui garantir la distància interpersonal de 2 metres entre els assistents i/o treballadors, caldrà disposar d'equips de protecció adequats al nivell de risc per garantir el desenvolupament de l'activitat en condicions de seguretat, autoprotecció i distanciament social, així com la neteja correcta dels locals i instal·lacions. Correspon als directors o màxims responsables de les entitats convocants als actes l'aplicació d'aquestes mesures.

112. Puc anar a fer gestions a l'ajuntament (multes, impostos...)? Consulteu amb l'ajuntament si podeu fer els tràmits de forma telemàtica o si cal demanar cita prèvia. A partir de l'1 de juny es reprenen els tràmits administratius suspesos durant l'estat d'alarma.

113. Què passa si em caduca el DNI o el passaport aquests dies? S'ha establert la pròrroga d'1 any, fins al 13 de març de 2021, de la vigència dels DNI de persones majors d'edat que caduquin des de l'entrada en vigor de l'estat d'alarma. En tot cas, ja és possible demanar cita prèvia per renovar-lo.

114. I en el cas del carnet de conduir? La vigència dels permisos i llicències de conducció que caduquin durant l'estat d'alarma quedarà automàticament prorrogada durant 60 dies. En tot cas, ja és possible demanar cita prèvia per renovar-lo.

115. Puc continuar conduint si m'ha caducat la ITV? Sí, sempre que la ITV hagi caducat durant la vigència de l'estat d'alarma. Encara que sigui vàlid el certificat, ja és possible demanar cita prèvia. En el cas dels vehicles agrícoles, disposen de pròrroga fins al 10 de novembre de 2020.

116. He de posar una denúncia: puc anar a una comissaria a posar-la? Com a servei essencial, les comissaries són obertes, amb el mateix horari. No obstant, els desplaçaments s'han de reduir al màxim; per tant, eviteu anar a les comissaries si no es tracta d'assumptes urgents i rellevants.

117. Si soc víctima de violència masclista o domèstica, què puc fer? En cas de situació de violència masclista, podeu sortir del vostre confinament per anar a denunciar-ho a un servei d'acolliment d'emergència, a una comissaria de policia o al jutjat. També podeu fer servir el telèfon 900 900 120 de l'Institut Català de les Dones o bé trucar al telèfon d'emergències 112. En

el cas que necessiteu assessorament i informació durant la situació de confinament domiciliari, podeu adreçar les vostres consultes a mossos.atenciovictimes@gencat.cat.

118. Poden continuar les obres? Sí, poden continuar sempre que es compleixin les mesures de seguretat, com la distància mínima, la higiene i l'ús de mascareta.

119. Puc beure o agafar aigua d'una font pública? Atès que són instal·lacions on hi pot haver més contacte amb les mans o la boca, es recomana no utilitzar-les. Si s'han de fer servir, cal netejar-se les mans convenientment abans i després d'utilitzar la font i evitar que la boca toqui l'aixeta. En el cas d'omplir ampolles, no han de tocar l'aixeta de la font. Es recomana als municipis, quan sigui possible, deixar les fonts sense funcionament i adoptar mesures per evitar-hi l'accés.

120. Quins són els grups de més risc? Salut indica que els grups de més risc són les persones d'edat avançada i les persones amb malalties cròniques, com són les cardiovasculars, les cardíaques o les pulmonars, la diabetis o els problemes en el sistema immunològic.

121. Com podem evitar les notícies falses? Contrasteu sempre la informació amb les instruccions i dades de les fonts oficials. No reenvieu informació que no sigui de fonts oficials i no hagueu comprovat prèviament.

122. Hi ha un telèfon d'informació centralitzat? 012, per a informació. 061, per a simptomatologia 112, només per a emergències i en cap cas per a informació.