

¿Cambian las franjas horarias para salir a hacer deporte o pasear?

No, se mantienen las franjas horarias por edades para pasear y hacer deporte al aire libre.

Con la publicación de la última orden en el Boletín Oficial del Estado el pasado 9 de mayo, las comunidades autónomas pueden desplazar las franjas hasta dos horas, adelantándolas o retrasándolas, para evitar que los niños salgan en las horas de más calor.

[Consulta aquí la franja horaria en Castilla-La Mancha \[1\]](#)

Si quiero ir a una terraza, comercio o casa de un familiar, ¿tendría que ir en mi franja horaria de salida a la calle?

No. En la Fase 1 puedes ir a una terraza, comercio o casa de un familiar a cualquier hora del día siempre que el establecimiento esté abierto.

Las franjas horarias sí se deben respetar para hacer deporte y pasear.

¿Puedo quedar con familiares o amigos?

En la Fase 1 está permitido el contacto con familiares y/o amigos y en grupos de hasta un máximo de 10 personas, excepto en el caso de personas convivientes, tanto en domicilios como en las terrazas de los bares y restaurantes. Se deben cumplir las medidas de protección:

- Mantenimiento de la distancia de seguridad de dos metros.
- Uso de mascarilla cuando no se pueda mantener dicha distancia.
- Lavado frecuente de manos.
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado.
- Usar pañuelos desechables.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.
- Desinfectar superficies de uso frecuente y común
- Evitar el contacto con personas que presenten síntomas.

No podrán reunirse aquellas personas que presenten síntomas o estén en aislamiento domiciliario debido a un diagnóstico por COVID-19, o que se encuentren en período de cuarentena domiciliaria por haber tenido contacto con alguna persona con síntomas o diagnosticado de COVID-19.

¿Puedo besar y abrazar a amigos y familiares cuando me encuentre con ellos?

Se debe evitar hacerlo, es importante mantener la distancia de seguridad, evitar el contacto físico y extremar las medidas de protección.

¿Por dónde puedo moverme en la Fase 1?

Dentro en la provincia en la que se reside y para las actividades permitidas.

Recuerda que NO está permitida la movilidad entre provincias.

En todo caso, deberán respetarse las medidas de seguridad e higiene establecidas por las autoridades sanitarias para la prevención del COVID-19, y, en particular, las relativas al mantenimiento de una distancia mínima de seguridad de dos metros o, en su defecto el uso de la mascarilla; la higiene de manos y cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado al toser o estornudar.

¿Puedo ir a mi segunda residencia?

Sí, se puede ir a una segunda residencia siempre y cuando se encuentre en la misma provincia.

¿Puedo realizar visitas en residencias de personas mayores?

No, no están permitidas las visitas a personas que viven en residencias de mayores.

¿Puedo ir a una terraza de un establecimiento que esté a más de un kilómetro de mi casa? ¿Y fuera del municipio?

Sí, puede moverse dentro de la provincia de residencia.

¿Cuántas personas pueden ir en un vehículo particular?

Si son personas que conviven en el mismo domicilio, pueden ocupar todos los asientos del vehículo sin llevar mascarilla.

Si son personas que no viven juntas podrán ocupar dos asientos en cada fila, y tendrán que llevar todos mascarilla y respetar la máxima distancia posible entre los ocupantes.

¿Pueden viajar en motocicleta dos personas, conductor y pasajero?

Sí, en las motocicletas, ciclomotores y vehículos categoría L en general, que estén provistos con dos plazas homologadas (conductor y pasajero), pueden viajar dos personas siempre que lleven casco integral con visera, o utilicen mascarilla o residan en el mismo domicilio.

El uso de guantes será obligatorio por parte del pasajero y también por parte del conductor en el caso de motocicletas y ciclomotores destinados al uso compartido.

Source URL: <https://sanidad.castillalamancha.es/ciudadanos/enfermedades-infecciosas/coronavirus/plan-de-desescalada/fases-plan-de-desescalada/preguntas-frecuentes-fase-1/movilidad-y-encuentros>

Links:

[1] https://sanidad.castillalamancha.es/sites/sescam.castillalamancha.es/files/imagenes_galerias/franjas_horarias_act.png