

Paso a Paso, nos cuidamos

- Hasta que no exista una vacuna eficaz y de uso masivo, todos vamos a tener que adaptarnos a un nuevo modo de vida, un modo de vida Covid-19 en que sepamos convivir de manera segura y responsable con esta pandemia.
- Este nuevo modo de vida implica que se van a mantener medidas de autocuidado, de distanciamiento físico, de restricciones a ciertas actividades, para que el virus no se siga propagando.
- Cada paso que se dé debe ser cuidadosamente planificado, teniendo siempre presente que depende de todos que el Coronavirus se mantenga bajo control.
- El plan Paso a Paso es una estrategia gradual y flexible de desconfinamiento, que considera por sobre cualquier otro factor la salud y la seguridad de las familias.
- El Plan se empieza a ejecutar porque las comunas que avanzan de etapa cumplen con los criterios epidemiológicos definidos.
- Este plan es flexible: así como una comuna en Cuarentena (Paso 1) puede avanzar hacia Transición (Paso 2) en caso que vaya cumpliendo de manera satisfactoria con los criterios sanitarios, una que ya esté en Transición o en Preparación, puede retroceder nuevamente a Cuarentena, en caso que se registren brotes importantes.
- Este plan es flexible no solo porque permite avanzar o retroceder según los indicadores epidemiológicos, sino también porque iremos, día a día, evaluando su funcionamiento y escuchando a las comunidades para conocer su experiencia. Estamos aprendiendo juntos y este es el momento de aplicar lo aprendido, es nuestra primera prueba para recuperar al menos parte de la libertad que todos extrañamos.
- Es fundamental la colaboración de la ciudadanía. Las autoridades han definido protocolos estrictos y han tomado medidas para evitar nuevos contagios, pero nada será suficiente sin la participación activa y la conciencia de cada uno de los ciudadanos.
- Todos queremos recuperar, dentro de lo posible, parte de nuestras vidas, y por eso todos seremos responsables de que este plan funcione y de que nuestra comuna y nuestra región puedan seguir avanzando.
- Salir de Cuarentena y entrar a Transición no significa que no existan riesgos y desafíos. Es solo un primer paso. Es importante entender que los habitantes de una comuna que avanza hacia la etapa de Transición tendrán más libertades, pero claramente tendrán también más responsabilidades, porque de ellos depende respetar las reglas establecidas para que las condiciones sanitarias se mantengan bajo control y mejoren.

- Han pasado más de 140 días desde el primer caso de coronavirus en el país y, gracias al esfuerzo de todos, las medidas aplicadas han tenido efectos positivos, lo que ha hecho que las tasas de contagio hayan ido disminuyendo. Esto hace posible que se pueda decretar el levantamiento de ciertas restricciones, para permitir la movilidad y el desarrollo de algunas actividades.
- Hay 7 comunas de la Región Metropolitana y 2 comunas de la Región de Valparaíso que avanzan desde Cuarentena (Paso 1) hacia Transición (Paso 2): Colina, La Reina, Las Condes, Lo Barnechea, Ñuñoa, Tiltil, Vitacura, San Antonio y San Felipe.
- Hay una Región que avanza desde Preparación (Paso 3) hacia Apertura Inicial (Paso 4): Región de La Araucanía.
- Hay 4 comunas que retroceden desde Preparación (Preparación) a Cuarentena (Paso 1): Copiapó, La Calera, La Cruz e Isla de Maipo.
- Es fundamental que todos tengamos claro que estos pequeños pasos no significan que el Coronavirus haya dejado de ser una amenaza. El virus sigue golpeando al mundo entero y debemos mantenernos alerta, debemos seguir cuidándonos entre todos para evitar contagios.
- Estos pequeños pasos van a significar, en muchos casos, reencuentros. Sigamos las indicaciones y respetemos las reglas, tomemos todas las precauciones necesarias: de todos depende que estos reencuentros sean seguros y se repitan.

PASO 1 Comuna en Cuarentena

¿Qué puedo hacer?

- Debes **quedarte en casa**, y solo puedes salir a hacer compras o trámites puntuales y esenciales con un permiso individual que puedes obtener en comisariavirtual.cl (**2 permisos individuales a la semana**).
- Debes respetar el toque de queda, que implica que no puedes salir entre las 22:00 y las 05:00 horas salvo que tengas un salvoconducto por emergencia médica o el fallecimiento de un familiar directo.
- Puedes ir a trabajar si es que trabajas en algún servicio esencial, y tienes un permiso de desplazamiento colectivo o un permiso único colectivo.
- Si eres mayor de 75 años, los días lunes, jueves y sábado podrás salir a pasear una vez al día, por 60 minutos, entre las 10:00 y las 12:00 horas o entre las 15:00 y las 17:00 horas, hasta 200 metros a la redonda de tu casa.
- Cada vez que salgas, con la autorización correspondiente, debes usar mascarilla, mantener la distancia física y recordar medidas como lavado de manos o uso de alcohol gel.

¿Qué puede funcionar en mi comuna?

- Farmacias, supermercados y otros lugares de abastecimiento de alimentos y productos básicos, centros de salud y establecimientos de servicio público. Todo siguiendo los protocolos establecidos.

¿Qué está prohibido en mi comuna?

- El funcionamiento de Clubes y Centros de día de Adulto Mayores.
- El funcionamiento de cines, teatros, pubs, discotecas y lugares análogos.
- La atención de público en restaurantes y cafés.
- El funcionamiento de gimnasios abiertos al público.
- La realización de actividad deportiva que requiera salir de la casa.
- La realización de eventos y reuniones sociales y recreativas.
- La entrada y salida a Centros SENAME y ELEM.
- El traslado a segunda vivienda.
- El libre tránsito por fronteras terrestres y áreas.
- La realización de cirugías electivas no críticas, exceptuando cirugía mayor ambulatoria y con hospitalización de máximo una noche.
- Las clases presenciales de establecimientos educacionales.

Además, debes respetar las medidas que dicte la autoridad como cordones y aduanas sanitarias y, si eres un caso confirmado, sospechoso o probable de coronavirus o eres contacto estrecho de un caso confirmado, debes hacer cuarentena obligatoria sin posibilidad de permisos, y lo mismo aplica si estás ingresando al país.

PASO 2 Comuna en Transición

¿Qué puedo hacer?

- Puedes **salir de lunes a viernes**, pero **no puedes ir a un lugar en cuarentena**. Y debes **quedarte en casa los fines de semana y los feriados**, momento en que solo podrás salir a hacer compras o trámites puntuales y esenciales con un permiso individual que puedes obtener en comisariavirtual.cl (**un permiso a la semana**).
- Debes **respetar el toque de queda**, que implica que no puedes salir entre las 22:00 y las 05:00 horas salvo que tengas un salvoconducto por emergencia médica o el fallecimiento de un familiar directo.
- Puedes ir a **trabajar si es que trabajas en un lugar que no esté en cuarentena, a no ser que sea servicio esencial, y tengas un permiso de desplazamiento colectivo o un permiso único colectivo**.
- Participar en **reuniones sociales y recreativas de máximo diez personas en lugares abiertos y cinco en lugares cerrados** (adicionales a las de la residencia).

- Si eres mayor de 75 años, los días lunes, jueves y sábado podrás salir a pasear una vez al día, por 60 minutos, entre las 10:00 y las 12:00 horas o entre las 15:00 y las 17:00 horas, hasta 200 metros a la redonda de tu casa.
- Las **actividades deportivas están permitidas sólo en parques urbanos, áreas silvestres protegidas y similares, y lugares abiertos de libre acceso público**. Sin público. Los deportes colectivos pueden realizarse con máximo 10 personas.
- **Cada vez que salgas, con la autorización correspondiente, debes usar mascarilla, mantener la distancia física y recordar medidas como lavado de manos o uso de alcohol gel.**

¿Qué puede funcionar en mi comuna?

- Farmacias, supermercados y otros lugares de abastecimiento de alimentos y productos básicos, centros de salud y establecimientos de servicio público.
- Comercio y otras actividades no esenciales que puedan funcionar con trabajadores que vivan en una comuna en Transición o sin cuarentena.
- Todo lo que funcione, debe ser siguiendo los protocolos establecidos.

¿Qué está prohibido en mi comuna?

- El funcionamiento de Clubes y Centros de día de Adulto Mayores.
- El funcionamiento de cines, teatros, pubs, discotecas y lugares análogos.
- La atención de público en restaurantes y cafés.
- El funcionamiento de gimnasios abiertos al público.
- La realización de actividad deportiva que requiera salir de la casa durante los días sábados, domingos y festivos.
- La realización de eventos y reuniones sociales y recreativas durante los sábados, domingos y festivos.
- El traslado a segunda vivienda.
- La entrada y salida a Centros SENAME y ELEAM.
- El libre tránsito por fronteras terrestres y áreas.
- La realización de cirugías electivas no críticas, exceptuando cirugía mayor ambulatoria y con hospitalización de máximo una noche.
- Las clases presenciales de establecimientos educacionales.

Además, debes respetar las medidas que dicte la autoridad como cordones y aduanas sanitarias y, si eres un caso confirmado, sospechoso o probable de coronavirus o eres contacto estrecho de un caso confirmado, debes hacer cuarentena obligatoria sin posibilidad de permisos, y lo mismo aplica si estás ingresando al país.

PASO 3 Comuna en Preparación

¿Qué puedo hacer?

- Puedes **salir todos los días de la semana, pero no puedes ir a un lugar en cuarentena.**
- Debes **respetar el toque de queda**, que implica que no puedes salir entre las 22:00 y las 05:00 horas salvo que tengas un salvoconducto por emergencia médica o el fallecimiento de un familiar directo.
- Puedes ir a **trabajar si es que trabajas en un lugar que no esté en cuarentena, a no ser que sea servicio esencial, y tengas un permiso** de desplazamiento colectivo o un permiso único colectivo.
- Participar en **eventos, reuniones sociales y recreativas de máximo 50 personas.**
- Realizar **actividad deportiva y participar en deportes colectivos con máximo 5 personas en lugares cerrados (excepto gimnasios de acceso público) y 25 en lugares abiertos.** Sin público.
- Si eres mayor de 75 años, podrás salir a pasear una vez al día, todos los días, por 60 minutos, entre las 10:00 y las 12:00 horas o entre las 15:00 y las 17:00 horas.
- **Cada vez que salgas, con la autorización correspondiente, debes usar mascarilla, mantener la distancia física y recordar medidas como lavado de manos o uso de alcohol gel.**

¿Qué puede funcionar en mi comuna?

- Farmacias, supermercados y otros lugares de abastecimiento de alimentos y productos básicos, centros de salud y establecimientos de servicio público.
- Comercio y otras actividades no esenciales que puedan funcionar con trabajadores que vivan en una comuna sin cuarentena.
- Todo lo que funcione, debe ser siguiendo los protocolos establecidos.

¿Qué está prohibido en mi comuna?

- El funcionamiento de Clubes y Centros de día de Adulto Mayores.
- El funcionamiento de cines, teatros, pubs, discotecas y lugares análogos.
- La atención de público en restaurantes y cafés.
- El funcionamiento de gimnasios abiertos al público.
- La realización de actividad deportiva con más de 25 personas en lugares abiertos y más de 5 en lugares cerrados.
- La realización de eventos y reuniones sociales y recreativas de más de 50 personas.
- La entrada y salida a Centros SENAME y ELEAM.

- El traslado a segunda vivienda.
- El libre tránsito por fronteras terrestres y áreas, a no ser que la autoridad competente indique lo contrario..
- La realización de cirugías electivas no críticas, exceptuando cirugía mayor ambulatoria y con hospitalización de máximo una noche , a no ser que la autoridad competente indique lo contrario.
- Las clases presenciales de establecimientos educacionales, salvo situaciones excepcionales, previa solicitud del alcalde y cumpliendo las condiciones sanitarias.

Además, debes respetar las medidas que dicte la autoridad como cordones y aduanas sanitarias y, si eres un caso confirmado, sospechoso o probable de coronavirus o eres contacto estrecho de un caso confirmado, debes hacer cuarentena obligatoria sin posibilidad de permisos, y lo mismo aplica si estás ingresando al país.

PASO 4 Comuna o Región en Apertura Inicial

¿Qué puedo hacer?

- Puedes **salir todos los días de la semana, pero no puedes ir a un lugar en cuarentena.**
- Debes **respetar el toque de queda**, que implica que no puedes salir entre las 22:00 y las 05:00 horas salvo que tengas un salvoconducto por emergencia médica o el fallecimiento de un familiar directo, hasta que la autoridad lo modifique.
- Puedes ir a **trabajar si es que trabajas en un lugar que no esté en cuarentena, a no ser que sea servicio esencial, y tengas un permiso de desplazamiento colectivo o un permiso único colectivo.**
- Participar en **eventos, reuniones sociales y recreativas de máximo 50 personas.**
- Si eres mayor de 75 años, podrás salir a pasear una vez al día, todos los días, por 60 minutos, entre las 10:00 y las 12:00 horas o entre las 15:00 y las 17:00 horas.
- Realizar **actividad deportiva y participar en deportes colectivos con máximo 10 personas en lugares cerrados (excepto gimnasios de acceso público) y 50 personas en lugares abiertos.** Sin público.
- **Cada vez que salgas, con la autorización correspondiente, debes usar mascarilla, mantener la distancia física y recordar medidas como lavado de manos o uso de alcohol gel.**

¿Qué puede funcionar en mi comuna?

- Farmacias, supermercados y otros lugares de abastecimiento de alimentos y productos básicos, centros de salud y establecimientos de servicio público.
- Comercio y otras actividades no esenciales que puedan funcionar con trabajadores que vivan en una comuna sin cuarentena.
- Atención de público en restaurantes, cafés y lugares análogos con máximo el 25% de capacidad, o una distancia de al menos dos metros entre las mesas.
- Teatros, cines y lugares análogos, con un máximo de asistencia de 25% de su capacidad y sin consumo de bebidas ni alimentos.
- Colegios con clases presenciales, de acuerdo a la planificación del Ministerio de Educación y condicionado a la situación sanitaria.
- Se podrán reagendar cirugías electivas no críticas, a no ser que la autoridad indique lo contrario.
- Todo lo que funcione, debe ser siguiendo los protocolos establecidos.

¿Qué está prohibido en mi comuna?

- El funcionamiento de Clubes y Centros de día de Adulto Mayores.
- El funcionamiento de pubs, discotecas y lugares análogos.
- El funcionamiento de gimnasios abiertos al público.
- Los eventos de más de 50 personas.
- La entrada y salida a Centros SENAME y ELEM.
- El traslado a segunda vivienda.

Además, debes respetar las medidas que dicte la autoridad como cordones y aduanas sanitarias y, si eres un caso confirmado, sospechoso o probable de coronavirus o eres contacto estrecho de un caso confirmado, debes hacer cuarentena obligatoria sin posibilidad de permisos, y lo mismo aplica si estás ingresando al país.

PASO 5 Comuna o Región en Apertura Avanzada

¿Qué puedo hacer?

- **Todos, incluidos los mayores de 75 años, pueden salir, pero no ir a lugares en cuarentena.**
- Debes **respetar el toque de queda**, que implica que no puedes salir entre las 22:00 y las 05:00 horas salvo que tengas un salvoconducto por emergencia médica o el fallecimiento de un familiar directo, hasta que la autoridad lo modifique
- Puedes ir a **trabajar si es que trabajas en un lugar que no esté en cuarentena, a no ser que sea servicio esencial, y tengas un permiso de desplazamiento colectivo o un permiso único colectivo.**

- Participar en **eventos, reuniones sociales y recreativas de hasta 150 personas.**
- **Trasladarte a una segunda vivienda solo si también se encuentra en un lugar que esté en Apertura Avanzada.**
- Participar en **actividades deportivas, pero con público hasta de un 50% de la capacidad del recinto.**
- **Cada vez que salgas, debes usar mascarilla, mantener la distancia física y recordar medidas como lavado de manos o uso de alcohol gel.**

¿Qué puede funcionar en mi comuna?

- Farmacias, supermercados y otros lugares de abastecimiento de alimentos y productos básicos, centros de salud y establecimientos de servicio público. Comercio y otras actividades no esenciales que puedan funcionar con trabajadores que vivan en una comuna sin cuarentena.
- Restaurantes, cafés, teatros, cines y lugares análogos, con un máximo de asistencia de 75% de su capacidad.
- Pubs, discotecas y análogos con un máximo de asistencia del 50% de su capacidad.
- Gimnasios abiertos a público con un máximo de asistencia de 50% de su capacidad.
- Colegios con clases presenciales, de acuerdo a la planificación del Ministerio de Educación y condicionado a la situación sanitaria.
- Se pueden reagendar cirugías electivas no críticas a no ser que la autoridad indique lo contrario.
- Se pueden realizar visitas y salidas de Centros ELEAM y del SENAME.
- Todo lo que funcione, debe ser siguiendo los protocolos establecidos.

¿Qué está prohibido en mi comuna?

- El funcionamiento de Clubes y Centros de día de Adulto Mayores.
- Los eventos de más de 150 personas.

Además, debes respetar las medidas que dicte la autoridad como cordones y aduanas sanitarias y, si eres un caso confirmado, sospechoso o probable de coronavirus o eres contacto estrecho de un caso confirmado, debes hacer cuarentena obligatoria sin posibilidad de permisos, y lo mismo aplica si estás ingresando al país.