

PROTOCOLOS PARA FRENAR LA CURVA



Juventudes
Socialistas
Región de Murcia

SER JOVEN ES SER RESPONSABLE

Asistimos, de manera constante, a la búsqueda de culpables de la expansión de la pandemia por parte del Gobierno Regional. Primero fueron las **mujeres**, después los **inmigrantes**, entre medias el **Gobierno central**, para terminar con la **gente joven**.

Echar balones fuera se ha convertido en la **única política de prevención de la Dirección General de Juventud** y, en contacto con las concejalías de juventud de los municipios socialistas, hemos decidido mandar un mensaje de concienciación en positivo.

Como parte de la sociedad tenemos responsabilidades individuales en el freno de la pandemia, pero no somos culpables de su expansión ni de sus contagios. No lo fueron las personas adultas que se contagiaban en la primera época y, ahora, no somos nosotros y nosotras. **Lo que sí que somos es la generación que se ha visto castigada por las consecuencias de dos crisis.**

Lo hacemos por la sociedad y, como generación, **tenemos la obligación de seguir contribuyendo en la batalla contra la COVID19**, Como ya hicimos asistiendo a nuestros mayores cuando no podían salir, limpiando las consecuencias de la DANA o afrontando un confinamiento sin igual para no dañar a las personas vulnerables.

Seguimos insistiendo en que la excepción no confirma la regla y que **SER JOVEN ES SER RESPONSABLE.**

Recomendaciones para prevenir el contagio estando en la playa o piscina.

1. Al llegar.

- a) No te quites la mascarilla.
- b) Coge tu sitio y **manten la distancia mínima de seguridad de 2 metros.**
- c) **Mientras tomas el sol, no te quites la mascarilla**, que debe cubrir nariz, boca y barbilla.
- d) **Lleva tu gel hidroalcohólico** en la mochila o bolsa y úsalo a menudo.
- d) Recuerda no formar un grupo muy numeroso, como mucho 10 personas y **de tu círculo de vínculo y contacto más próximo y cercano.**



2. En el agua.

- a) Antes de entrar, limpia tus manos con el gel antes de quitarte la mascarilla y **guárdala en un sobre.**
- b) **En el trayecto de la toalla hasta el agua**, guarda la **máxima distancia social.**
- c) **En el agua**, mantén la distancia de, al menos, **2 metros.**
- d) Cuando acabes de bañarte, sal del agua manteniendo siempre la distancia y **al llegar a la toalla sécate bien** las manos y la cabeza para que, al ponerte la mascarilla, ésta no se moje ni se deteriore.

3. Cuando hayas terminado.

- a) Si quieres ir a dar un **paseo** por la orilla, **lleva siempre la mascarilla** y mantén la distancia.
- b) **Evita jugar o practicar deporte** en la orilla de la playa o **en lugares donde la gente tome el sol.**
- c) **En los grifos** para limpieza de pies y duchas, **guarda siempre la distancia de seguridad de 2 metros en la cola de espera** para usarlas.
- d) **Evita aglomeraciones** en torno a los grifos y duchas públicas.



Recomendaciones para evitar el contagio en reuniones sociales

1. Prepara el encuentro.

- a) **Mejor al aire libre**, en terrazas y en pequeños grupos..
- b) **Calculemos el espacio** manteniendo las distancias de seguridad. Mejor no invitar a mucha gente.
- c) **Reforcemos la limpieza y ventilación en zonas comunes, mobiliario y cuartos de baño.**
- d) Preparemos gel hidroalcohólico a la vista.
- e) **No alarguemos las reuniones.**



2. En el lugar de encuentro.

- a) Evitemos contactos, abrazos y besos.
- b) Hay que lavarse las manos con frecuencia, y tener a mano el gel hidroalcohólico.
- c) No te quites la mascarilla y que siempre te cubra la nariz, boca y barbilla, excepto para beber o comer o cuando sea imprescindible.
- d) Cuando nos quitemos la mascarilla la guardaremos en un sobre o bolsa, y nos lavaremos las manos antes y después de tocarla.
- e) Si vas al WC, lávate las manos **ANTES y después** de usarlo.

3. En la mesa.

- a) La mesa debe ponerla una sola persona y siempre lavándose muy bien antes las manos.
- b) Los platos deben servirse individuales y una persona será la encargada de repartir el agua o los alimentos para no compartir los cubiertos de servir.
- c) No compartas la comida con otros comensales e **identifica los vasos para que no se mezclen.**
- d) Al retirar la mesa opta por que sea una única persona o bien cada comensal retire lo suyo.

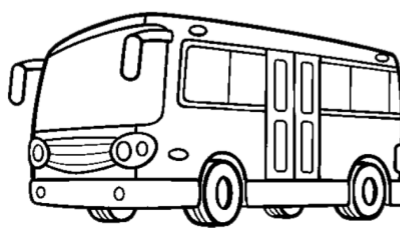
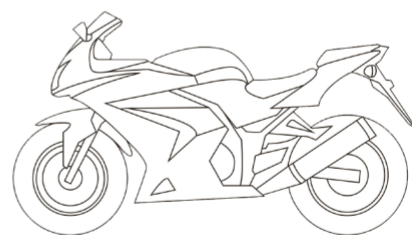
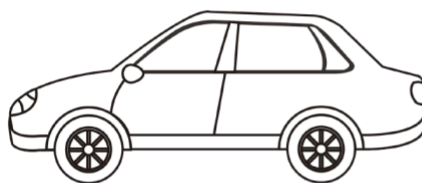


Juventudes
Socialistas
Región de Murcia

Recomendaciones para evitar el contagio en coche o transp. colectivos

1. En el coche.

- a) Si vas solo en el coche no hace falta que uses la mascarilla. Póntela cuando vayas a bajarte o tener contacto con alguna persona.
- b) Si viajas con personas de tu mismo hogar, podéis ocupar todas las plazas del coche.
- c) Si compartes coche con otras personas con las que no convivas, solo se podrán usar la mitad de las plazas del coche, guardando la máxima distancia entre personas posibles y se deberá llevar puesta la mascarilla..
- d) **Desinfecta aquellas partes del coche con las que hayas estado en contacto**, tanto tu como las personas que hayan ido en el mismo (volante, palanca de cambios o maneta).
- e) **Evita comer o beber dentro del coche.**



3. En transportes colectivos.

- a) **Debes usar siempre la mascarilla.**
- b) **Mantén la máxima distancia social posible.**
- c) **Evita sentarte o situarte lo más lejos posible de cualquier otra persona.**
- d) **En el autobús, tren o tranvía intenta situarte donde menos personas haya.**
- e) **Intenta pagar siempre con tarjeta o, si lo haces en efectivo, entrega el importe exacto para no tener que tocar nuevas monedas o billetes.**
- f) **No comas o bebas en el transporte público.**



Juventudes
Socialistas
Región de Murcia

Recomendaciones para prevenir el contagio en bares o restaurantes.

1. Antes de ir.

- a) Para evitar tener que esperar, si vas a comer o cenar en un bar o restaurante, intenta reservar mesa.
- b) Si tienes que esperar para sentarte, guarda la distancia de seguridad y no te quites la mascarilla.
- c) Intenta no acudir con un grupo numeroso, máximo 10 personas, a ser posible, con las que convivas o tengas vínculos estrechos de relación.



2. En el restaurante.

- a) Desinfecta tus manos con gel hidroalcohólico al entrar.
- b) No alteres el orden de las mesas y sillas sin autorización del responsable del bar o restaurante.
- c) No te quites la mascarilla hasta que no hayan servido la comida o bebida en la mesa.
- d) Cuando termines de comer, vuelve a ponerte la mascarilla.
- e) Evita compartir comida o bebida con otros comensales.
- f) Evita el consumo en barra.

3. Cuando hayas terminado.

- a) Cuando hayas terminado, **no olvides ponerte la mascarilla.**
- b) Al **pagar**, intenta hacerlo mediante **tarjeta bancaria.**
- c) **Desinfecta tus manos después de pagar**, ya sea con tarjeta o en efectivo.
- d) Al salir del bar o restaurante **vuelve a usar el gel hidroalcohólico.**



**Juventudes
Socialistas
Región de Murcia**

**SI CUMPLES,
RESISTIMOS**



**Juventudes
Socialistas**
Región de Murcia

**SI OTROS NO,
PERSISTIMOS**



Juventudes
Socialistas
Región de Murcia

SI TIENES OPORTUNIDAD, **CONCIENCIA**



Juventudes
Socialistas
Región de Murcia