

SPANSK

Normas locales que rigen hasta el 22 de junio del 2021 inclusive

Resumen de las normas locales vigentes en la comuna de Trondheim a partir de las 18 h del 15 de junio.

- Las personas que entrenan en gimnasios deben mantener al menos dos metros de distancia entre ellas.
- Existe un límite obligatorio en la cantidad máxima de personas que pueden asistir a eventos.
- No se permite vender bebidas alcohólicas después de las 22 h. No se permite dejar ingresar a más personas a los establecimientos donde se vendan estas bebidas después de las 21 h.
- Solo se puede servir bebidas alcohólicas a aquellas personas que hayan ordenado al menos un plato principal.
- Todas las cafeterías, los bares y los restaurantes que vendan alcohol deben registrar a cada uno de los clientes al ingresar al establecimiento.
- Está restringida la participación de los adultos en actividades deportivas y de recreación.
- El uso de mascarillas en los taxis y el transporte público es obligatorio.
Se recomienda el uso de mascarilla en aquellas situaciones donde no se pueda mantener la distancia mínima.

Aquí abajo encontrará más información sobre estas normas y las recomendaciones de las autoridades comunales.

Normas y recomendaciones vigentes en Trondheim

El contacto social

Se recomienda limitar el contacto social a un máximo de 10 personas por semana (no se aplica a las personas que viven en el mismo hogar, con las que se trabaja o se va a la escuela).

Qué se entiende por contacto social?

El objetivo de esta recomendación es reducir la propagación de la infección entre las personas. Es imposible describir todas las actividades y formas de contacto social que una persona tiene a lo largo de una semana en una reglamentación o un documento como este.

Lo más importante es mantener la distancia y reunirse con el menor número de personas posible. Si todos hacemos esto, el número de infectados disminuirá. Usar el sentido común y ser mucho más cuidadosos pueden hacer una gran diferencia.

Las personas con las que uno se reúne

El término «contacto social» se aplica a las personas con las que uno se reúne y socializa. Abarca a las personas de todas las edades, incluso los niños. A los fines prácticos, se aplica a las personas con las que uno se reúne en espacios cerrados, a menos de 1 metro de distancia y por un periodo mayor a 15 minutos. Si se cumplen estos criterios, la persona cuenta como una de las 10 personas que constituyen la «cuota» semanal, es decir, un periodo de siete días.

Por lo tanto, si uno se reúne con Per y Kari en una cafetería el lunes a la tarde, ellos cuentan como dos contactos sociales. Si uno viaja

en auto junto con Ole el miércoles por la noche, él cuenta como un tercer contacto social. De esta forma, uno va registrando cada contacto social que tiene en una semana hasta llegar al número 10. Si uno se reunió con 10 personas en este periodo de siete días, debe esperar hasta que finalice el periodo de siete días antes de reunirse con otra persona. Una vez que el periodo de siete días haya finalizado, uno se puede reunir con otras 10 personas de nuevo.

No se aplica a las personas del trabajo y las escuelas

- Las personas que uno encuentra en el trabajo o la escuela no cuentan.
- Tampoco cuentan las personas con las que uno vive, es decir, las del mismo hogar, ni aquellas que uno encuentra en los negocios (con las que se debe mantener distancia, por supuesto).
- Los niños que asisten a entrenamientos deportivos o actividades similares, y están en contacto con otros, tampoco cuentan.

Recuerde:

La forma más fácil de respetar esta norma es contar como contacto social a las personas con las que uno haya estado a menos de 1 metro de distancia durante más de 15 minutos.

Las reuniones privadas en la propia casa

Se recomienda no recibir a más de 10 invitados en casa.

Las personas que están protegidas contra el coronavirus no se incluyen en este número de 10 personas. Se considera que una persona está protegida contra el coronavirus si ha recibido la vacunación completa, ha recibido una dosis de la vacuna hace al menos tres semanas o ha tenido la enfermedad en los últimos seis meses. Todas las personas que no pertenecen al mismo hogar deben mantener al menos un metro de distancia entre ellas.

Los niños que van al jardín de niños y la escuela primaria pueden recibir visitas de su propio grupo y no cuentan para límite de contactos sociales.

Uso de mascarilla en los espacios públicos cerrados

Se recomienda a los adultos y jóvenes de 12 años en adelante usar mascarilla en espacios cerrados como negocios; centros comerciales; cafeterías, bares y restaurantes; iglesias y templos; salas de reuniones y espacios culturales, deportivos y de actividades de recreación.

Esta recomendación se aplica también a los empleados en lugares donde no es posible mantener más de un metro de distancia de las otras personas.

Uso de mascarilla en lugares que ofrecen servicios de peluquería y cuidado de la salud, hacen tatuajes y perforaciones en el cuerpo, etc.

Se recomienda que tanto los empleados como los clientes (adultos y jóvenes de 12 años en adelante) usen mascarilla si no es posible

mantener una distancia de al menos un metro con las otras personas. Los clientes se pueden quitar la mascarilla si es necesario para recibir el tratamiento o servicio.

Uso de mascarilla en los taxis y el transporte público

Los pasajeros deben usar mascarilla en los taxis.

La mascarilla debe colocarse antes de subir al taxi y no se debe sacar hasta que el recorrido haya terminado y uno se haya bajado del taxi.

El uso de mascarilla también es obligatorio para el conductor del taxi cuando haya pasajeros en el auto.

Se debe utilizar mascarilla en el transporte público y en las áreas cerradas de las estaciones si no es posible mantener al menos un metro de distancia de los otros pasajeros.

El uso de mascarilla no es obligatorio para los niños menores de 12 años ni para aquellos que por razones médicas o de otro tipo no puedan utilizarla. Esto se aplica tanto en los taxis como en los colectivos.

Las actividades deportivas y culturales

En lo que respecta a las personas mayores de 20 años, las actividades de deportes organizados quedan limitadas a 20 personas manteniendo al menos un metro de distancia en espacios cerrados o a 30 personas manteniendo al menos un metro de distancia al aire libre.

Lo mismo se aplica a actividades de recreación como prácticas organizadas, entrenamientos y ensayos de coros, bandas o teatros.

No se aplican restricciones para el entrenamiento organizado a los deportistas profesionales, ni en espacios cerrados ni al aire libre.

La información actualizada sobre las normas y medidas vigentes se encuentra en la guía sobre actividades deportivas y culturales publicada por la comuna de Trondheim.

Los eventos

Aun cuando se cumpla la reglamentación respecto al mantenimiento de la distancia recomendada [de la sección 13c de la normativa nacional respecto a la COVID-19](#), no se podrán organizar eventos a los cuales asistan físicamente al mismo tiempo más de:

En reuniones privadas

20 personas en espacios cerrados o 30 personas al aire libre en

reuniones privadas. Sin embargo, los niños en jardín de niños o escuela primaria que se encuentren en el mismo grupo pueden reunirse con la cantidad de adultos que sea necesaria para supervisarlos.

Los eventos en espacios cerrados

Ahora pueden participar hasta 50 personas en eventos en espacios cerrados, con las siguientes excepciones:

- **100 personas en eventos en donde participen menores de 20 años que vivan en la misma comuna. Esto también aplica a los eventos en los que participen menores de 20 años que vivan en distintas comunas, pero que asistan a sesiones de entrenamiento, prácticas, ensayos o actividades similares en la misma comuna.**
- **50 personas en casamientos, funerales, entierros y servicios de sepultura.**
- **200 personas en eventos donde todos los integrantes del público estén sentados y tengan un lugar asignado.**

Los eventos al aire libre

- **200 personas en eventos al aire libre, pero se puede permitir hasta 300 si todos los integrantes del público están sentados en un lugar asignado.**

En los eventos de los que participen más de 100 personas al mismo tiempo, se debe dividir a los presentes en grupos de hasta 100 personas. La distancia entre estos grupos siempre debe ser de al menos dos metros.

Los grupos de hasta 100 personas pueden reemplazarse a lo largo del evento si esto puede llevarse a cabo de forma segura, teniendo en cuenta las medidas de protección contra la infección y sin que haya contacto entre los grupos.

Se excluyen del total:

Las siguientes personas no se incluyen en el total de personas que pueden asistir a un evento.

- Los empleados y los organizadores del evento.
- Los intérpretes de los eventos culturales bajo la dirección de un profesional.
- Los deportistas profesionales, el personal de apoyo y los árbitros o jueces que participen de eventos deportivos.
- Los jugadores, el personal de apoyo y los árbitros en partidos de fútbol de la liga que según la Asociación Noruega de Fútbol cumplan con los protocolos para el control de la infección elaborados en colaboración con la Dirección General de Salud.
- Los periodistas, fotógrafos y otros representantes de los medios de comunicación que sean necesarios para brindar cobertura mediática del evento.

En los eventos para deportistas o atletas menores de 20 años, todos los asistentes, incluidos los deportistas o atletas y el personal de apoyo, se incluyen en el cálculo total de personas.

Las cafeterías, los bares y los restaurantes

- **Todas las cafeterías, los bares y los restaurantes deben registrar a cada uno de los clientes al ingresar al establecimiento.**
- **La comuna de Trondheim puede cerrar aquellas cafeterías, bares y restaurantes que no cumplan con los requerimientos para el control de la infección y la normativa vigente en el tercer párrafo de la sección 4-1 de la Ley de Protección contra las Enfermedades Infecciosas.**
- **Las cafeterías y los restaurantes no pueden servir a grupos mayores de 10 personas dentro del establecimiento ni a grupos mayores de 15 personas al aire libre.**
- **Las cafeterías, los bares y los restaurantes con licencia para servir alcohol solo pueden servir alcohol a las personas sentadas alrededor de una mesa. El local debe tener espacio para que se puedan sentar todos los clientes.**
- **Solo se puede servir alcohol a las personas que hayan comprado comida (un plato principal como mínimo).**
- **Quedan exceptuadas en este punto las bebidas alcohólicas que se sirven en conciertos, espectáculos teatrales, etc., en ámbitos culturales ya establecidos y donde el evento cultural sea el objetivo de la visita y sea necesario comprar una entrada para asistir.**
- **Las cafeterías, los bares y los restaurantes con licencia para servir alcohol no pueden dejar entrar a más personas después de las 21 h y deben dejar de servir alcohol a las 22 h. Se deben dejar de consumir bebidas alcohólicas a más tardar 30 minutos después de esto.**

l teletrabajo

Se recomienda que los empleadores hagan lo posible para que los empleados trabajen desde la casa siempre que sea factible en la práctica y apropiado según la naturaleza del trabajo.

as escuelas y los jardines de niños

Las escuelas y los jardines de niños de Trondheim continuarán en nivel amarillo, pero en estado de evaluación constante según la situación epidemiológica del momento.

as escuelas secundarias

Desde el lunes 14 de junio, las escuelas secundarias de Trondheim se encuentran en nivel amarillo.

as normas vigentes respecto a los hoteles de cuarentena

Aquí encontrará las normas respecto a los hoteles de cuarentena que rigen para aquellos que regresan de viajes al exterior.

[Enlace a la información proporcionada por las autoridades sobre los hoteles de cuarentena](#)