**MEDIDAS Protección COVID**

* Mascarilla. Obligación de llevar mascarilla (y una de repuesto en la mochila):
	+ En el coche si los ocupantes no residen en el mismo domicilio. Llevar ventanillas abiertas. Recomendable FFP2.
	+ En el campo al aire libre, si no se puede mantener una distancia mayor de 1,5 metros.
	+ En cualquier espacio cerrado de uso público.
	+ La obligación del uso de mascarilla se refiere también a su adecuada utilización, de modo que cubra desde parte del tabique nasal hasta la barbilla.
* Las medidas genéricas de protección individual incluyen:
	+ Realizar una higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o hidroalcohol).
	+ Cubrirse la boca y la nariz con pañuelos desechables al toser o estornudar, o hacerlo sobre el hueco del codo y lavarse las manos lo antes posible.
	+ No compartir utensilios, bastones, comida, ... Si se comparte algo, los objetos deben ser desinfectados después de cada uso.
	+ No darse la mano, abrazarse, ...

Según indicaciones jurídicas, en caso de que alguna persona incumpla la normativa sobre el COVID-19, el/la organizador/a le debe expulsar y no dejar participar en la actividad/grupo.

Si tenéis alguna duda, podéis preguntarnos por correo electrónico a senderismo@cogam.es