

# Planifica tu viaje **accesible** después de la COVID-19



# Planifica tu viaje de manera segura – PROTOCOLO COVID-19

**Este manual está destinado a las personas con discapacidad que quieran realizar un viaje turístico ya sea de manera particular o viaje en grupo.**

NO DEBE VIAJAR si tiene síntomas compatibles con la COVID-19 (fiebre, tos, dificultad respiratoria) de inicio reciente, si ha sido diagnosticado de COVID-19 en los últimos 14 días o si ha tenido contacto estrecho con un caso confirmado de COVID-19 en las dos últimas semanas.

Los principales grupos vulnerables son las personas mayores de 60 años, y aquellas personas diagnosticadas de hipertensión arterial, diabetes, enfermedades cardiovasculares, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeficiencias, y embarazadas por el principio de precaución.





## Antes del viaje:

**La seguridad es un tema decisivo a la hora de escoger un destino, pero debe tener en cuenta que su integridad depende en gran parte de las precauciones que tome en el momento de viajar.**

Revise las páginas de alertas de viaje del destino que desea visitar. Infórmese sobre los requisitos y restricciones locales.

Consulte la web del Ministerio de Asuntos Exteriores para cada destino si piensa viajar al extranjero.

Dese de alta en el registro de viajeros esto permitirá facilitar el contacto ante una emergencia.

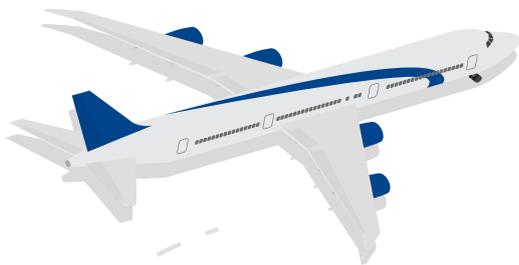


1

### Prepare su propio botiquín

Si está afectado con una enfermedad crónica debe llevar consigo la medicación necesaria para todo el tiempo que dure el viaje. **Si viaja en avión**, todos los medicamentos, especialmente los que requieren receta, deberán llevarse guardados en el equipaje de mano dentro de sus envases originales con las etiquetas visibles, y como precaución también puede llevarse la medicación por duplicado en el equipaje facturado. Deberá llevar el nombre y datos de contacto de su médico, la información sobre su situación médica y tratamiento, los detalles sobre la medicación (incluidos los nombres genéricos de los medicamentos), así como las dosis prescritas.

**Si viaja en avión**, en el caso de tener que viajar con otro material sanitario como por ejemplo jeringuillas, es necesario llevar un **informe del médico certificando** la necesidad de emplear dicho material, ya que puede ser solicitado por los oficiales de aduanas o el personal de seguridad. Si viaja al extranjero, este informe **debe incluir versión en inglés**.





2

## Tenga a mano los números de emergencia que pueda necesitar (ambulancia, policía, bomberos)

Guárdela en su móvil y también en un soporte no digital, lleve esa información de emergencia siempre encima.



4

## Haga saber a sus familiares y amigos su recorrido y planes de viaje

Procure que alguien en casa sepa dónde está y cuáles son los números de contacto.



3

## Contrate tours con personal certificado

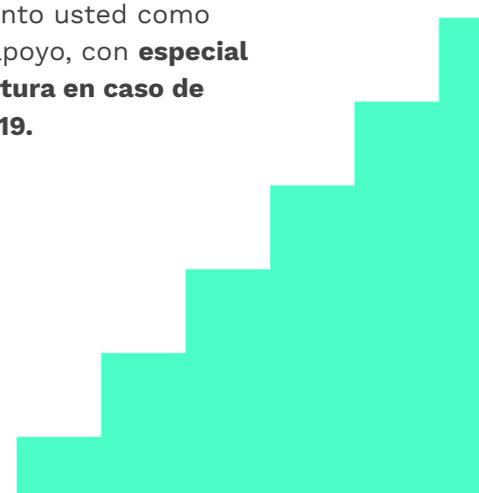
La población local tiene mejor experiencia en el terreno que cualquiera.



5

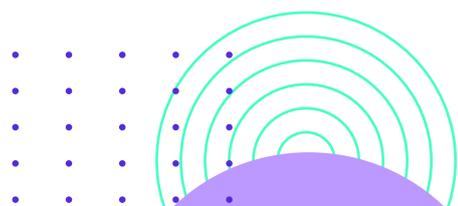
## Contrate un seguro de viaje:

Viaje y circule con la tranquilidad de estar asegurado, tanto usted como sus productos de apoyo, con **especial atención a la cobertura en caso de contraer la COVID-19.**



# Documentación necesaria:

- 1** Toda persona que viaje, previo a la salida, debe cumplir todos los requisitos exigidos, tanto en el lugar de origen como en el destino.
- 2** Debe llevar el D.N.I., el visado en caso de que sea necesario, el pasaporte y en su caso, el permiso de residencia en vigor y actualizado.
- 3** Deben llevar la tarjeta sanitaria en viajes nacionales o la tarjeta sanitaria europea si viaja dentro de esta región. Consulte la página de la Seguridad Social.
- 4** Cartilla de vacunación (consultar en el país de destino las vacunas necesarias).
- 5** Documentación relativa al Seguro de viaje.
- 6** Tarjeta de crédito con validez en el extranjero. Consulte con su banco las mejores opciones.



# Durante el viaje

**La primera medida es ser responsable y cumplir con todas las obligaciones y recomendaciones. Además, se recomienda limitar los contactos al máximo, restringirlos a las mismas personas y evitar los encuentros de más de 10 personas.**



**1** Mantenga una distancia de seguridad de 2 metros entre usted y los otros siempre que sea posible.

**2** Evite tener contacto con cualquier persona que esté enferma.

**3** Limite el contacto con las superficies que se tocan con frecuencia, como pasamanos, botones en el ascensor, y paneles táctiles. Si tiene que tocar estas superficies, cuando termine use desinfectante para manos o lávese las manos.

**4** Utilice la mascarilla.

**5** Evite tocarse los ojos, la nariz, y la boca.

**6** Cúbrase la boca al toser o estornudar.

**7** Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón, al menos durante 20 segundos. Esto es especialmente importante después de usar el baño, antes de comer, y después de toser, estornudar, o sonarse la nariz. Si no dispone de agua ni jabón, use un desinfectante de manos que contenga por lo menos un 70% de alcohol. Cubra todas las superficies con el desinfectante, y frote las manos hasta que estén secas.

**8** Si utiliza producto de apoyo, le recomendamos que use guantes y tenga en cuenta la desinfección continua de los mismos (ruedas de la silla, bastones, mandos de control de los dispositivos, etc.).



## ¿Qué mascarilla elegir? La decisión ligada al factor de riesgo y estilo de vida.

Asegúrese de que tiene suficientes **mascarillas y gel desinfectante** para el viaje. Recuerde que, salvo que las instrucciones indiquen lo contrario, debe renovar las mascarillas cada cuatro horas.

La opción más segura: **las KN95 FFP2 homologadas R (EU) 2016/425-FFP2-NR: con protección total, filtro de 4 capas** para protegerse a uno mismo y a los demás.

Las **quirúrgicas** son recomendadas para proteger a los demás.



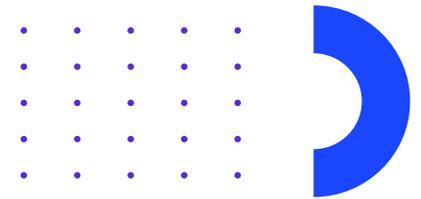
## En el destino:

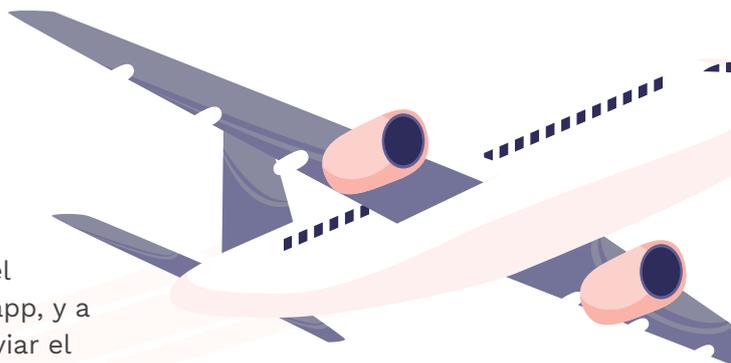
### Sea cuidadoso con los taxis

Si viaja al extranjero, tenga en cuenta que cada país, e incluso cada ciudad, tiene su manera particular de desarrollar esta actividad, así que apenas llegue infórmese bien al respecto.

### Deje sus documentos originales en un lugar seguro

Saque copias a color de las hojas donde aparece su foto y el sello de entrada al país y llévelas consigo, por si en alguna ocasión le piden su identificación.





## Viajar en avión

- 1** Antes del vuelo deberá cumplimentar todo el Formulario desde la página web o desde la app, y a partir de 48 horas, antes del vuelo podrá enviar el formulario a las autoridades sanitarias. Una vez enviado recibirá un correo con un código QR que le permitirá acceder al aeropuerto de destino. Debe llevarlo impreso o en el teléfono móvil.
- 2** Una vez en el aeropuerto deberá mostrar el código QR que será escaneado en el control sanitario, para poder acceder a la terminal y a recoger su equipaje.
- 3** Adquiera su tarjeta de embarque de modo telemático antes de ir al aeropuerto porque deberá presentarla para poder acceder.
- 4** Acuda con el tiempo suficiente al aeropuerto porque los controles de seguridad y el proceso de facturación pueden ser algo más lento de lo habitual.
- 5** Es muy probable que el país de destino le solicite un registro del viaje, verifíquelo previamente.
- 6** En la medida de lo posible, no lleve equipaje de mano.
- 7** Guarde la distancia de seguridad en la cola y respete las señales e indicaciones del personal cualificado.
- 8** Permanezca atento a la demostración de seguridad del personal de cabina para conocer las instrucciones específicas de su vuelo.
- 9** Limite sus movimientos dentro de la cabina a lo mínimo imprescindible.
- 10** Minimice en lo posible el contacto con cualquier superficie del aeropuerto o a bordo del avión.
- 11** Dentro del avión, sólo podrá ingerir alimentos y bebidas en su asiento, y sólo podrá quitarse la mascarilla para ello y durante el tiempo mínimo imprescindible.

## Viajar en transporte público

Al planificar un viaje, le recomendamos consultar a las autoridades de tránsito locales y los sitios web de las compañías de transporte para ver qué medidas están implementando para proteger a sus clientes de la COVID-19, y para conocer la información más reciente sobre cambios en los servicios y procedimientos, especialmente si podría necesitar asistencia adicional. En el caso de los autocares, cada empresa tiene sus protocolos y es imprescindible contactar con ellos antes de comprar los billetes tanto de ida como de vuelta.

**1** Utilice siempre que pueda medios telemáticos para realizar su trabajo o sus gestiones.

**2** Consulte y verifique los horarios antes de salir de viaje y programe su desplazamiento con tiempo suficiente. Manténgase informado sobre servicios reducidos, paradas suprimidas y estaciones cerradas.

**3** Evite pagar en efectivo. Utilice preferiblemente las máquinas de auto venta y el pago con tarjeta bancaria.

**4** Lleve mascarilla mientras utilice el transporte público, tanto dentro de los vehículos como en las estaciones, paradas y pasillos

**5** Evite, en lo posible hablar con otros usuarios o por teléfono. No consuma alimentos o bebidas.

**6** Preste atención a la señalización, a los avisos por megafonía y a las indicaciones de los conductores y del personal de seguridad. Le ayudará a prevenir contagios.

**7** Antes de iniciar su desplazamiento y cuando lo finalice, lávese bien las manos con agua y jabón o con un gel hidroalcohólico.

**8** Permanezca en la estación el tiempo mínimo imprescindible.

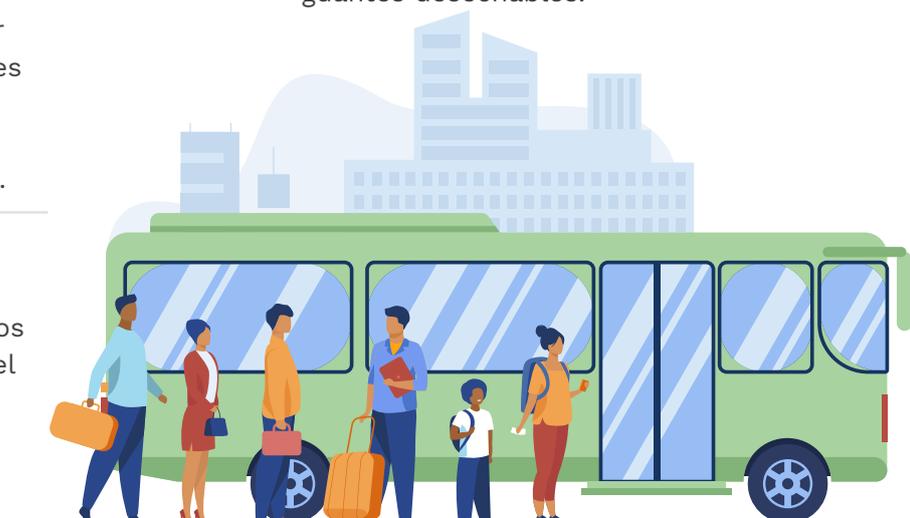
**9** Deben de sentarse individualmente, excepto si van acompañados por un familiar de su unidad de convivencia.

**10** Todas las personas que caminan y tengan buena movilidad, subirán por la parte delantera para desinfectarse las manos con hidroalcohol.

**11** Todas las personas tienen que subir con una mascarilla y no pueden quitársela en todo el trayecto.

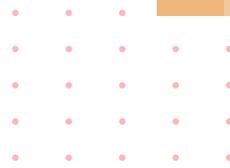
**12** Las personas con movilidad reducida y que suban a través de la plataforma elevadora, se les desinfectarán las ruedas con hidroalcohol y las manos. Irán anclados uno detrás de otro.

**13** La ayuda a los equipajes, y manipulación de los productos de apoyo, se realizarán con guantes desechables.



## Estancia en el alojamiento:

- 1** Las habitaciones son desinfectadas todos los días, a su llegada será informado de los protocolos de higienización de las mismas.
- 2** En la habitación, debe tener todo colocado para facilitar la limpieza y lavase las manos cada vez que acceda a la estancia, ventile la habitación a menudo o déjelo indicado al personal.
- 3** Si tiene contratado el servicio de pensión completa, debe tener en cuenta las medidas adoptadas por el alojamiento con relación a la COVID 19. Le informarán de los protocolos, procure deambular lo menos posible por los espacios comunes y mantener en todo momento la distancia social.



## Excursiones y visitas guiadas

- 1** Revise los protocolos y las medidas de prevención sanitarias ofrecidos por la empresa proveedora de servicios a los clientes o visitantes.
- 2** Comunique a la hora de registrarse a una visita guiada o excursión, su condición de persona con discapacidad, la utilización de los productos de apoyo si procede y su necesidad de servicios de acompañamiento si es necesario. Ello le permitirá evitar colas y posibles aglomeraciones.
- 3** Utilice las herramientas digitales para realizar la pre-reserva y pago anticipado de las actividades.
- 4** Respete en todo momento la distancia de seguridad, se ira con mascarillas.



# Sellos de certificación oficial COVID:



## Nacional:



Sello **Safe Tourism Certified**, promovido por el Instituto de Calidad Turística Española (ICTE). para compañías de la industria turística, ha sido desarrollado por el sector público - privado y validado por el Ministerio de Sanidad.



Sello **Responsible Tourism**, promovido por la Secretaría de Estado de Turismo. Un distintivo, no una certificación que reconoce la responsabilidad a la hora de crear un entorno seguro en los negocios.



Sello **Hostelería segura**, elaborado por la Confederación Empresarial de Hostelería de España. Un distintivo que aporta confianza a los trabajadores y clientes y que cuenta con tres variantes diferentes: 'Hostelería segura', 'Restaurante seguro' y 'Bar seguro'. Su adhesión incluye, entre otros aspectos, un curso de formación en medidas preventivas frente a la COVID-19.

## Internacional:



Distintivo **Safe Travels**, el primero de seguridad e higiene de carácter mundial diseñado por el Consejo Mundial de Viajes y Turismo (WTTC) para gobiernos y empresas. Basado en las normas de la (OMS) y los centros de prevención de enfermedades (CDC) y está respaldado por la (OMT).

Si en un momento dado alguien es transmitido o padece algún síntoma compatible con la COVID-19 (fiebre, tos, malestar estomacal, dolor muscular, dificultades respiratorias), debe contactar con los servicios sanitarios locales y aislarse, en caso de emergencia puede llamar al 112 y actuar siguiendo las indicaciones.