

Noiz eguneratua:

2022/1/12



Gobierno de Navarra
Nafarroako Gobernua

PREBENTZIO-NEURRIAK COVID-19A

URTARRILAREN 31ERA ARTE

COVID-19aren osasun-krisiari aurre egiteko

COVID-19A

Gobernu Irekiaren eta Herritarrentzako Arretaren Zerbitzua

Herritarren Arretarako Atala

AURKIBIDEA

1 **Neurriak**

- 1 [Zer ordura arte egonen dira irekita ostalaritza, jatetxe eta aisialdi establezimenduak?](#)
- 2 [Zer ordutan itxi behar dute elkarte gastronomikoek, peñek, etxabeek, piperok eta antzekoek?](#)
- 3 [Kale-zurrutik egin dezakegu?](#)
- 4 [Barran kontsumi dezakegu? Zenbat pertsona bil gaitzke mahai batean?](#)
- 5 [Diskoteketan edo dantzalekuetan, maskara jantzita egin behar dugu dantza?](#)
- 6 [Gizarte, kultura eta kirol ekitaldietan, jan edo edan daiteke?](#)
- 7 [Zineman, jan edo edan daiteke?](#)
- 8 [COVID-19arekin bateragarriak diren sintomak ditut, farmaziako testaren emaitza positiboa izan da, kutsatu baten kontaktu estua naiz... Zer egin behar dut?](#)
- 9 [Gizarte, kultura eta kirol ekitaldiak egiteko, txostena eskatu behar zaio Nafarroako Gobernuari?](#)
- 10 [Zer establezimendutan aurkeztu behar dut COVID-19aren pasaporteak?](#)
- 11 [12 urtetik beherakoek aurkeztu behar al dute COVID-19aren pasaporteak?](#)
- 12 [COVID-19aren zer motatako pasaporteak aurkez ditzaket eta noiz iraungitzen dira?](#)
- 13 [Maskara erabiltzea nahitaezkoa da?](#)
- 14 [Eraman behar al dut maskara tabernan, jatetxean, soziedadean, peñan, etxabeen edo piperon?](#)
- 15 [Zer neurri hartu behar dira egoitza soziosanitarioetan?](#)

2 **Gomendioak**

16. [Zer gomendio orokorri jarraitu behar diet?](#)
17. [Zer gomendiori jarraitu behar diet hurrengo egoeretan?](#)
 - [Eremu pribatuko elkartze sozialak eta familiakoak](#)
 - [Kanpoan egiten diren elkartze sozialak eta ekitaldiak](#)
 - [Azoketako atrakzioak](#)
 - [Erljio ospakizunak](#)
 - [Haur eta gazteentzako denbora libreko jarduerak](#)

3. **COVID-19aren pasaporteak: nola eta non eskuratu**

18. [Zer da COVID-19aren pasaporteak?](#)
19. [Doakoa al da COVID-19aren pasaporteak?](#)
20. [Non eskuratu dezaket COVID-19aren pasaporteak?](#)
21. [Nola identifikatuko naiz nire osasun karpetan sartzeko?](#)
22. [Zer urrats egingen ditut COVID-19aren pasaporteak eskuratzeko?](#)
23. [Pasahitza galtzen badut, nola lortuko dut beste bat?](#)
24. [Nola deskargatzen da COVID-19aren pasaporteak telefono mugikorrean?](#)

1 Prebentzio-neurriak

1. G- Zer ordu arte egonen dira irekita ostalaritza, jatetxe eta aisialdi establezimenduak?

E- Goizeko 01:00a arte.

Honako jarduera hauek ixten dira, 01:00etik 06:00etara: saltokiak, diskotekak, dantza-aretoak, ikuskizunetako kafetegiak, kontzertu-aretoak, tabernak, taberna bereziak, kafetegiak, jatetxeak, kultura jarduerak, bingoak, joko eta apustu aretoak, jolas-aretoak, bai eta funtzio anitzeko gunetako establezimenduak ere.

2. G- Zer ordutan itxi behar dute elkarte gastronomikoen, peñak, etxabeek, piperok eta antzekoek?

E- Itxita egon behar dute 01:00etik 06:00etara.

3. G- Kale-zurrutik egin dezakegu?

E- Ez. Debekatuta dago.

4. G- Barran kontsumi dezakegu? Zenbat pertsona bil gaitzke mahai batean?

E-

Establezimenduen barnealdean, lizentzia hauetakoren bat badute:

- **Taberna berezia, tabernak, kafetegiak eta jatetxeak**
- **Elkarte gastronomikoen, peñak, etxabeek, "piperok" eta antzekoak**

- **Bingoak, joko-, apustu- eta jolas-aretoak, eta funtzio anitzeko gunetako establezimenduak, ostalaritza eta jatetxe jarduera badute:**
 - **Mahaian eta eserita** eginen da beti **kontsumoa**.
 - Bezeroek **barrak** erabiltzen ahalko dituzte **janari-edariak eskatu eta hartzeko**.
 - Zilegi da **tabureteak dituzten mahaietan kontsumitzea, barraren ondo-ondoan daudenetan**. Mahaiak bi lagunentzat izanen dira gehienez, eta haien artean 1,5 metroko tartea utzi beharko da.
 - **Mahai bakoitzean edo mahai multzo bakoitzean, ezin da hamar lagun baino gehiago elkartu**, eta, betiere, 70 cm-ko **segurtasun tartea** utzi beharko da **pertsonen artean**.
 - **Mahaien arteko tartea 1,5 metrokoa** izanen da, mahaien ertzetik neurtuta.
 - Establezimenduek **kartelak** jarri beharko dituzte **toki nabarmenetan**, bezeroek birusaren transmisioa saihesteko bete beharreko **neurri orokorrak** adierazteko (distantzia, eskuen higiena eta batez ere maskara).
 - **Maskara erabiltzea nahitaezkoa izanen da** beti, **salbu eta edateko edo jateko unean**.

5. G- Diskoteketan edo dantzalekuetan, maskara jantzita egin behar dugu dantza?

E- Bai.

Diskoteka, dantzaleku eta ikuskizunetarako kafetegien lizentzia duten establezimenduetan, maskara erabiltzea nahitaezkoa izanen da beti, baita dantza egiteko ere. Maskara ken daiteke soilik kontsumitzeko unean.

Era berean, barnealdean segurtasun-tartea gordeko da.

6. G- Gizarte, kultura eta kirol ekitaldietan, jan edo edan daiteke?

E- Ez.

Debekatuta dago jatea eta edatea gizarte, kultura eta kirol ekitaldietan.

7. G- Zinema, jan edo edan daiteke?

E- Zinema aretoetan, salbuespen gisa, elikagaiak eta edariak kontsumitzea baimenduko da.

Kontsumo hori baimentzen duten aretoek bizikidetzaren unitateen artean **besaulki** bateko tartea utzi beharko dute, gutxienez.

8. G- COVID-19arekin bateragarriak diren sintomak ditut, farmaziako testaren emaitza positiboa izan da, kutsatu baten kontaktu estua naiz... Zer egin behar dut?

E- Osasun Departamentuak osasun [protokolo](#) bat argitaratu du, jakinarazteko nola jardun COVID-19ari lotutako egoeretan: sintomak ditut, kutsatu naiz, kontaktu estua naiz, etab. Osasun protokoloa [infografia](#) honetan laburbiltzen da

9. G- Gizarte, kultura eta kirol ekitaldiak egiteko, txostena eskatu behar zaio Nafarroako Gobernuari?

E- Edukiera 1.000 pertsona baino gehiagokoa bada barnealdean eta 2.000 pertsona baino gehiagokoa kanpoaldean, nahitaez eskatu behar zaio **txostena aurretik Nafarroako Gobernuko Nafarroako Osasun Publikoaren eta Lan Osasunaren Institutuari.**

Birusaren transmisioa minimizatzeko aurreikusten diren **kontingentzia-neurriak** eta jardueraren **plangintza** bidaliko dira helbide elektronikoa honetara: ispdirec@navarra.es.

10. G- Zer establezimendutan aurkeztu behar dut COVID-19aren pasaporteak?

E- 12 urte edo gehiago dituzten pertsonak COVID-19aren pasaporteak aurkeztu beharko dute (3 pasaporte motetako edozein da balioduna), honako lokal eta establezimendu hauetara sartzeko:

- **Jatetxeak** (edozein izanik ere haien edukiera). Salbuetsita egonen dira unibertsitateetako eta enpresetako jantokiak
- **Diskoteka, dantza-leku, ikuskizunetarako kafetegi edo kontzertu-aretoen** lizentzia duten lokalak eta establezimenduak
- Turismoko ostatuak, hala nola **aterpetxeak, hotelak eta antzekoak**
- **Gimnasioak, zuzendutako kirol-jarduera fisikoak toki itxietan** egiten diren instalazioak (esaterako, zumba-, pilates-saioak edo antzekoak).
- **Barnean egindako ekitaldi jendetsuak** (Osasun Ministerioaren jarduketa koordinatuen agiriak arautzen dituen kirol ekitaldiak izan ezik)
- **Bingoak, eta joko-, apustu- eta jolas-aretoak**
- **Funtzio anitzeko gunetako establezimenduak**
- **Egoitza soziosanitarioak**

Establezimendu horietan guztietan:

- Sarrera kontrolatzeko betebeharrak honetatik salbuetsita daude aire zabalean dauden espazioak eta terrazak.
- **Ziurtagiria eman** beharko du osasun zerbitzu publiko batek edo Osasun Departamentuak baimendutako zentro batek.

- Hiru ziurtagirietako edozein aurkezten ahalko da **euskarri digitalean edo paperean**.
- COVID-19aren pasaporteak **sartzeko unean bakarrik eskatuko da**.
- **Datuak ez dira gordeko**, ezta horiekin fitxategirik sortuko ere.
- **Kartel bat** jarri beharko da sarreran, ikusteko moduko toki batean, sartzeko orduan ziurtagiria eskatuko dela jakinarazteko.

11. G- 12 urtetik beherakoek aurkeztu behar al dute COVID-19aren pasaporteak?

E- Ez, ez dute zertan aurkeztu.

12. G- COVID-19aren zer motatako pasaporteak aurkez ditzaket eta noiz iraungitzen dira?

E- Osasun zerbitzu publiko batek edo Osasun Departamentuak baimendutako zentro batek eman behar du COVID-19aren pasaporteak edo ziurtagiria.

Baliozkotzat jotzen dira hiru motatako COVID-19aren pasaporteak edo ziurtagiriak:

1. Txertaketa ziurtagiria

- Egiaztatzen du titularrari COVID-19aren aurkako txertaketa pautak osoa eman zaiola baimendutako txertoetako baten bidez.
- Ez du iraungitze datarik.

2. Proba diagnostikoaren ziurtagiria

- Egiaztatzen du titularrak COVID-19ren proba diagnostiko negatiboa duela.

- PCR probari dagokionez, 72 ordura iraungitzen da; eta antigenoen probari dagokionez, berriz, 48 ordura, proba edo testa egiten denetik.
- Autotest bidez edo farmazietako profesionalek egindako probak ez dira baliozkoak izanen.
- Halaber, Osasun Departamentuak aurreko 72 orduetan egindako proba diagnostikoaren emaitza negatiboa dela adierazteko igorritako SMSa onartuko da, baita Osasun Departamentuak baimendutako laborategi pribatuek emandako ziurtagiria ere.

3. Sendatze ziurtagiria

- COVID-19aren infekzioa gainditu ondoren ematen da, baldin eta dena delako pertsona PCR positibo baten bidez diagnostikatu bada. Kasu horretan bakarrik dago gaituta "Sendatze ziurtagiria" sortzeko aukera.
- Ziurtagiria emateko, 11 egun baino gehiago eta 180 egun baino gutxiago igaro behar izan dira gaixotasuna PCR + baten bidez diagnostikatu denetik.

13. G- Maskara erabiltzea nahitaezkoa da?

E- Bai.

Sei urtetik gorako pertsonak maskara eraman behar dute bai **kanpoaldeetan** bai **erabilera publikoko barnealdeetan**.

Maskara eraman behar da kasu hauetan:

- Erabilera publikoko edo jendearentzat irekita dagoen edozein espazio itxitan.

- Erabilera publikoko edo jendearentzat irekita dagoen aire zabaleko edozein espaziotan.
- **Aireko edo itsasoko garraiobideetan, autobusetan edo trenetan**, nasak eta bidaiarientzako geltokiak barne. Baita teleferikoan eta bederatzi bidaiari arteko (gidaria barne) garraio publiko eta pribatu osagarrietan ere, turismo-ibilgailuetako bidaiariak etxebizitza berean bizi ez badira.

Ontzi eta itsasontzietako bidaiariek ez dute maskararik erabili beharko kamarotean daudenean.

Salbuespenak

Ez dute maskara eraman beharrik:

- Arnas eritasunen bat edo arnasa hartzeko zailtasunen bat, maskararen erabilera larriagotu dezakeena, duten pertsonak, edo, beren mendekotasun edo desgaitasun egoera dela eta, maskara kentzeko autonomiarik ez dutenek, edo maskara erabiltzea bideraezina egiten duten jokabidearen nahasmenduak dituztenek.
- Jardueren izaeragatik beragatik maskararen erabilera bateraezina denean, osasun-agintarien jarraibideen arabera.
- Bertan biltzen diren kolektiboen bizitokia osatzen duten erabilera publikoko leku edo espazio itxietan, hala nola adinekoei edo desgaitasuna duten pertsonen arreta emateko erakundeetan edo funtsezko langileen edo antzeko ezaugarriak dituzten beste kolektibo batzuen egoitza kolektiboetan, baldin eta kolektibo horiek eta bertan lan egiten duten langileek % 80tik gorako txertaketa estaldura badute SARS-CoV-2ren aurka (pauta osoa eta oroitzapendosia), osasun-agintaritzak eskudunak egiaztatuta.

Azken salbuespen hori ez zaie aplikatuko kanpoko bisitariei, ez eta adinekoen edo dibertsitate funtzionala dutenen egoitza-zentroetako langileei ere, kasu horretan derrigorrezkoa baita maskara erabiltzea.

- Kanpoan, banakako kirola egiten den bitartean, bai eta naturguneetan kirolekoak ez diren jarduerak egiten diren bitartean ere, betiere bizikideak ez direnekin gutxienez 1,5 metroko distantziari eutsiz.
- Presoen joan-etorria duten espetxeetako kanpoaldean nahiz espazio itxietan maskarak erabiltzeari dagokionez, espetxe-agintaritza eskudunak ezarritako arau espezifikoak bete beharko dira.

14. G- Eraman behar al dut maskara tabernan, jatetxean, soziedadean, peñan, etxabeen edo piperoran?

E.- Bai.

Ostalaritzan, jatetxeetan, soziedadeetan, peñetan, piperoetan, etxabeetan eta antzekoetan, elikagaiak eta edariak kontsumitzen direnean soilik kentzen ahalko da maskara.

15. G- Zer neurri hartu behar dira egoitza soziosanitarioetan?

E.-

Senideak eta bisitariak sartzen direnean hartu beharreko neurriak

- Zentroen barnealdera sartzeko aurkeztu beharko da COVID-19aren pasaporteetako bat: txertaketa ziurtagiria, proba diagnostikoaren ziurtagiria edo sendatze ziurtagiria.
- Bizitzaren amaierako egoeretan, ziurtagiriak aurkezten ez dituzten senideei edo bisitariei sartzen utziko zaie, dagozkien segurtasun-baldintzekin eta norbera babesteko ekipamenduekin.
- Osasun-egoeraren kontraindikazioagatik txertoa hartu ez badute, bisitariak osasun-zerbitzu batek emandako dokumentu bat aurkeztu beharko dute hori egiaztatzeko. Pertsona horiek FFP2 maskara bat eramane beharko dute.

- Adinagatik txertoa hartu ezin duten adingabeek FFP2 maskara eraman beharko dute bisitak egiteko.
- **Ezin zaie bisitarik egin kontaktu estua** eduki eta COVID-19arengatik bakartuta dauden pertsonei, azken egunetan egon litezkeenei izan ezik. Kasu horretan, bisitak arrisku mailari egokitutako prebentzio neurriekin egingen dira.
- Ahal dela, bisitetarako kanpoko espazioak erabiltzeko gomendioari eusten zaio.
- Bisiten maiztasuna eta iraupena egoiliarrekin eta senideekin adostuko dira.
- Bisiten erregistroa eduki beharko da egoitzara joan diren bisitariak erraz aurkitu ahal izateko moduan.
- Egoitza batean COVID-19ak jotako pertsona bat dagoenean, edo berrogeialdian dagoena kontaktu estua eduki duelako, bisitak egiteko espazio seguruak prestatuko dira, ukitutako pertsonaren edo pertsonen isolamendua kentzen den arte. Egoitzak isolamendueremu berariazkoa duenean, gainerako unitateetako bisitak mantentzen ahalko dira.
- Egoiliarrek edo haren senideek egoitzako zuzendaritzari jakinarazi beharko diote, baldin eta COVID-19arekin bateragarriak diren sintomak badituzte, bisitaren ondorengo 14 egunetan.

Egoitzako egoiliarrek bertatik **irteerak egiteko prebentzio-neurriak** hartzea.

- Irteera guztiak egingen dira herritar guztiei eskatzen zaizkien segurtasun-neurriak eta une oro Osasun Departamentuak ezar ditzakeen arau orokorrak betez, egoera epidemiologikoaren arabera betiere.
- Ez da inola ere baimenduko zentrotik atera daitezen COVID-19a dutenak edo kontaktu estua izateagatik berrogeialdian eta txertoa hartu gabe daudenak.

- COVID-19a ez dutenen irtenaldiak baimentzen dira, baita txertoa hartuta dauden eta kontaktu estua izateagatik jarraipenean dauden egoiliarrena ere. Horiek NOPLOIren jarraibideei jarraituko diete, hau da, txertatu gabeko pertsona zaurgarriekin kontakturik ez izatea, gizarte-interakzioetan maskara erabiltzea, sintomak zaintzea eta dagozkion proba diagnostikoak egitea. Nolanahi ere, kontaktu estutzat hartzen diren pertsonak NOPLOIk une bakoitzean ezartzen duen araudiari jarraituko diote.

Maskaren erabilera:

- Ezin zaie egoitza barruan maskara erabiltzeko eskatu egoiliarren % 80tik gora txertatuta dituzten zentroetako egoiliarrei.
- Hala ere, txertoa hartu ez duten egoiliarrei maskara erabiltzea gomendatzen zaie.
- Bisitari guztiek IIR maskara kirurgikoa erabili beharko dute egoitzaren barneko espazioetan egoten diren denbora guztian. Kanpoaldeetan ere maskara erabiliko dute, 1,5 m-ko tartea gorde ezin badute.

2 Gomendioak

16. G- Zer gomendio orokorri jarraitu behar diet?

1. Babesik onena **txertatzea** da.

Egiaztatu da txertatuta egon arren kutsatzen direnek sintoma arinagoak izaten dituztela; gainera, ospitaleratze eta heriotza kasuak murriztu egiten dira.

2. **Maskara: nahitaezkoa da kanpoaldean eta erabilera publikoko barnealdeetan**

3. **Metroak:** distantzia fisikoari eustea

4. **Eskuak:** eskuak maiz garbitzea, urez eta xaboiez edo soluzio hidroalkoholikoak erabiliz.

5. **Bilerak eta kontaktuak**

- **Kontaktu** kopurua **murriztea**
- **Topaketa sozialak kanpoan egitea.**

Aire zabaleko jarduerak dira seguruenak. Ezin badira kanpoan egin, **saiatu atzeratzen**. Ezin badira atzeratu eta barruan egiten badira, **ziurtatu aireztapena eta maskararen** erabilera egokia.

- **Jende pilaketak saihestea.**
- Gomendatzen da **txertaketa ziurtagiria edo proba diagnostikoaren emaitza negatiboa erabiltzea ekitaldi sozial pribatuetan.**

6. **Aireztapena handitzea:**

- leihoak eta ateak zabalik izatea segurua eta posible den neurrian, tenperatura kontuan hartuta, barruko airea berritu dadin, eta kanpoko airearekin aireztatzea.
- Gomendatzen da parez pareko ateak edo leihoak zabaltzea edo, gutxienez, aretoko alde desberdinetan daudenak

zabaltzea. Leihoak ardatz aldagarrikoak badira, horrela irekita utzi.

- Aireztapena oso garrantzitsua da elkarrekin bizi ez direnak barruko espazioetan biltzen direnean. Gomendatzen da bilerak egin aurretik, bitartean eta ondoren aireztatzea.
- Aireztapena behartua bada, kanpoko airearen sarrera maximizatu behar da eta airearen birzirkulazioa saihestu. SARS-CoV-2aren aerosol bidezko transmisioa gutxitzeko gomendioak kontsultatzen ahal dira, eta ahal den neurrian bete Osasun Ministerioaren indarreko gomendioak, eraikin eta lokaletako klimatizazio eta aireztapen sistemetan COVID-19aren hedapena saihesteko mantentze-lanetarako emandakoak.

17. Zer gomendiori jarraitu behar diet hurrengo egoeretan?

E-

- Eremu pribatuko elkartze sozialak eta familiakoak
- Kanpoan egiten diren elkartze sozialak eta ekitaldiak
- Azoketako atrakzioak
- Erljio ospakizunak
- Haur eta gazteentzako denbora libreko jarduerak

Eremu pribatuko elkartze sozial eta familiakoetarako gomendioak

- **Partaideen kopurua mugatzea** elkartze sozialetan eta familiakoetan, bizikideen artekoak ez direnean, batez ere pertsona zaurgarriak daudenean.
- **Partaideen kopurua 10 izatea gehienez ere, eta 2 bizikidetza-taldetakoak gehienez.**

- **Mahai handi bat** erabiltzea, elkartzen diren pertsonen arteko distantzia handiagoa izan dadin.
- **Maskara modu egokian erabiltzea** (sudurra, ahoa eta kokotsa estaliz), jaten edo edaten denean izan ezik.
- **Maskara behar bezala erabiltzea** bazkalondo eta afalondoetan.
- **Ahalik eta laburrenak izatea** familiako **elkartzeak**.
- Garrantzitsua da bilkura egiten den tokian **aireztapen ona** egotea. Ahal dela, jarduera **kanpoan** egiten da, eta, ezinezkoa bada, aireztapen egokia mantenduko da.

Honako hauek **ez lukete** inolako bilkuratan **parte hartu beharko**, soziala nahiz familiakoa izan:

- Katarro edo gripearen edozein sintoma dutenak eta emaitza negatiboa izan duen antigenoen autotest bat gutxienez egin ez dutenak.
- **COVID-19 diagnostikatua izan** eta bakartze aldiak daudenak (3 egun sintomarik gabe eta gutxienez 10 egun sintomak hasten direnetik edo proba diagnostikoaren emaitza positiboa denetik).
- COVID-19aren **proba diagnostikoaren emaitzen zain** daudenak.

Kanpoan egiten diren elkartzeko sozial eta ekitaldietarako gomendioak

Gomendatzen da kanpoan egiten jarraitzea, aire zabalean egiten diren jarduerak seguruak direlako.

- Garrantzitsua da **maskara modu egokian erabiltzea** (sudurra, ahoa eta kokotsa estaliz), **jaten edo edaten denean izan ezik**.
- **Maskara behar bezala erabiltzea** bazkalondo eta afalondoetan.
- **Ahalik eta laburrenak izatea** familiako elkartzeko.

Azoketako atrakzioak

- Betetzea Espainiako Udalerrien eta Probintzien Federazioak azoka eremuetarako eta azoketako atrakzioetarako ezarritako jardunbide egokien protokolo eta gidaliburuan jasotako jardunbide egokiak.
- Azoka eremuan edo zenbait instalazio jartzen diren gunen publikoetan, atrakzioen **instalazioaren eremua zedarritzea** gomendatzen da, eta xede horretarako mugatuko da, edukiera eta sarrerak kontrolatu ahal izateko.
- Gomendatzen da **sartu eta ateratzeko bide bereiziak** ezartzea, pertsonen joan-etorriak behar bezala egitea bermatzeko eta jendetza biltzea saihesteko.
- Komeni da atrakzio eta salmenta-postu bakoitzak **kartelak izatea** bezeroentzat ikusgai, erabilera arauen, edukieraren, sarrera-irteeren eta segurtasun distantziaren **informazioarekin**.
- Gomendatzen da **maskararen erabilera nahitaezkoa izatea** barruti guztian.
- **Jatetxe zerbitzua** badago, behar bezala zedarritutako eremu batean jarri beharko da, **atrakzioen eremutik bereizita**, eta zerbitzu hori emateko ezarritako baldintzak bete beharko dira.

Erlijio ospakizunetarako gomendioak

- Distantzia fisikoa.
- Sarrera-irteerak mailakatzea edo sarbide desberdinetan banatzea, jendetza biltzea saihesteko.
- Maskararen erabilera egokia (sudurra, ahoa eta kokotsa estaliz).
- Aireztapen egokia
- Pertsonen arteko kontaktu fisikoa eta debozioko objektuena mugatzea (musu emateko objektuak kentzea).

- Gomendatzen da arreta berezia izatea zeremonia buruekin eta koruekin, kantu gutxiagorekin, betiere maskara behar bezala erabiliz eta pertsonen arteko distantzia gordeaz.
- Ez dago baimenduta jatea eta edatea erlijio eta gurtza ospakizunetan eta ekitaldietan.

Haur eta gazteentzako denbora libreko jardueretarako gomendioak

Haur eta gazteentzako denbora libreko jarduerak egiteko, hala nola **udalekuak, ludotekak eta antzekoak**, gomendatzen da aintzat hartzea neurri hauek haiek planifikatu eta antolatzean:

- **Sarrera-irteerak mailakatzea** edo sarbide desberdinetan banatzea, jendetza biltzea saihesteko.
- **Taldeen kide kopurua, ordutegiak eta egin beharreko jarduerak planifikatzea**, prebentzio neurriak bete ahal izan daitezen, esate baterako, pertsonen arteko distantzia fisikoa, eta, beharrezkoa izanez gero, **txandak** eginen dira programatutako jarduerak gauzatzeko.
- Bereziki, aerosolak sortzeko arrisku handiagoa duten jardueren kasuan (kantatzea, batera hitz egitea, oihukatzea, etab.) **lehenetsi aire zabalekoak**.
- Jarduerak barrualdeko guneeetan egiten badira, **aireztapen egokia** izan beharko dute

3 COVID-19aren pasaporteak: non eta nola eskuratu

Zenbait establezimendutan COVID-19aren pasaporteak aurkezteko neurria indarrean egonen da 2022ko urtarrilaren 7ra arte.

18. G- Zer da COVID-19aren pasaporteak?

E- EBko COVID-19aren pasaporteak edo ziurtagiri digitala Europar Batasuneko estatuen artean errazago mugitzeko dokumentua da.

Informazio gehiago nahi izanez gero, ikusi Osasun Departamentuak COVID-19aren pasaporteari buruz prestatu duen [gidaliburu osoa](#).

19. G- Doakoa al da COVID-19aren pasaporteak?

E- Bai, doakoa da.

20. G- Non eskuratu dezaket COVID-19aren pasaporteak?

E- COVID-19aren pasaporteak zure osasun karpeta pertsonalean dago: Karpeta horretan sartzeko, erabili esteka hau:

- http://www.navarra.es/home_eu/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Actualidad/Carpeta+Personal+de+Salud/

21. G- Nola identifikatuko naiz nire osasun karpetan sartzeko?

E- Egiaztagiri hauetako bat erabil dezakezu zure burua identifikatzeko:

- NAIKP + jaioteguna eta NAIKP + pasahitza.

- Cl@ve (iraunkorra), ziurtagiri digitala edo NAN elektronikoa.



NAIKP + jaioteguna

Zure osasun karpetara sartzeko modurik errazena da, eta ez duzu bulego batera joan beharrik izanen.

Sartu esteka honetan, [informazioa](#) lortzeko.

- Egin klik “Eskatu pasahitza” aukeran. Telefono mugikorraren zenbakia eskatuko da. Zenbakia bat badator Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuaren datu-basean dagoenarekin, eskatzaileak egiaztapen kode bat duen SMS bat jasoko du. Kode hori sartuta, osasun karpeta pertsonalean sartzeko pasahitza sortuko da.
- Bide berri hori erabiltzeko, **beharrezkoa da gutxienez 16 urte izatea** eta Osasunbidea-Nafarroako Osasun Zerbitzuaren datu-basean agertzen diren datuak eguneratuta edukitzea (zure osasun zentroan egiaztatu dezakezu).
- Hala ere, aurretik ziurtatu ez zaudela alta emanda osasun karpeta pertsonalean. Izan ere, kasu horretan ez litzateke beharrezkoa izanen bide berri hori erabiltzea. Karpetan alta eskatu baduzu eta pasahitza gogoratzen ez baduzu, web-orrira sar zaitezke (NAIKP + pasahitza aukerarekin), edo telefono mugikorreko aplikaziora, eta honako aukera hau hautatu: “Sortu pasahitza / Zure pasahitza

ahaztu/blokeatu duzu". Aukera horren bidez, pasahitz berri bat sortuko da, zure karpetara eta COVID-19aren pasaportera sartzeko.

Cl@ve iraunkorra

Cl@ve PIN erabilia ezin da COVID-19aren pasaportea deskargatu.

Zure Cl@ve iraunkorra lortzeko, baimendutako bulego publiko batera joan beharko duzu.

Gogoratu Cl@ve lortzeko ezinbestekoa dela erregistratu behar den pertsona bertan egotea eta telefono mugikor bat edukitzea.

- Esteka honetan dituzu Nafarroako Gobernuaren [bulegoak](#). Gogoratu [aurretiko hitzordua](#) eskatu beharko duzula.
- Horrez gain, Nafarroako [udal eta estatu bulegoen zerrenda](#) ematen dizugu, horietan ere Cl@ve iraunkorra eskuratzen ahalko baituzu.

Ziurtagiri digitala

Esteka honetan kontsulta ditzakezu ziurtagiri digitala eskuratzeko egin beharreko urratsak:

<https://www.navarra.es/eu/tramiteak/internet-bidez-tramitzeko-laguntza/ziurtagiri-digitala>

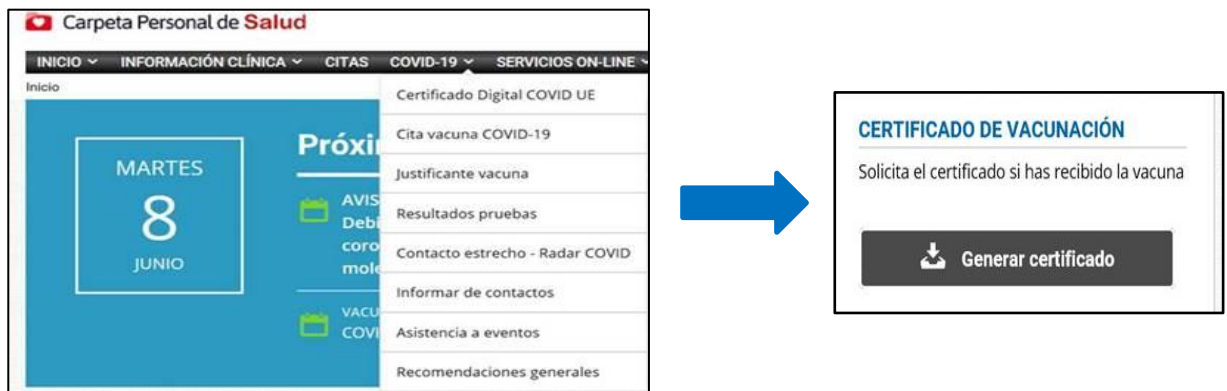
NAN elektronikoa

NAN elektronikoa erabilia sartzeko, NANaren irakurgailua izan beharko duzu.

[Hemen](#) eskuratu dezakezu NAN elektronikoari buruzko gidaliburu osoa.

22. G- Zer urrats eginen ditut COVID-19aren pasaporte eskuratzeko?

E- Behin osasun karpetan sartuta, txertaketa ziurtagiria deskarga dezakezu honela: sakatu "COVID-19a" fitxan, sartu "EBko COVID-19aren ziurtagiri digitala" atalean, eta hautatu "Ziurtagiria sortu".



Ziurtagiria sortu ondoren, hautatu "Deskargatu", eta dagoeneko prest duzu inprimatzeko.

23. G- Pasahitza galtzen badut, nola lortuko dut beste bat?

E- Pasahitza ahaztu bazaizu, sartu zure [osasun karpeta](#)n, eta hautatu:

"Ahaztu/blokeatu duzu zure pasahitza?"



Pasahitz berri bat sortzen ahalko duzu, osasun zentroan jakinarazi zenuen telefono mugikorrean SMSa jaso ondoren.

24. G- Nola deskargatzen da COVID-19aren pasaporte telefono mugikorrean?

E- Nafarroako Osasun Karpetaren aplikazioa Google Playn eta App Storen dago eskuragarri.

Aplikazioa zure gailu mugikorrean instalatu eta gero, zure kredentzialak idatzi beharko dituzu, aurreko galderetan azaldu den bezala.

Osasun karpetaren barruan zaudela, ordenagailu batetik sartzeko erabiltzen dituzun jarraibide berberak bete behar dituzu.

Behin barruan egonda:



En Carpeta Personal de Salud

App móvil



COVID-19aren zure ziurtagiria deskargatu, eta gailuko (mugikorra, tableta) deskarga-fitxategietan gorde dezakezu, edo, bestela, zure ziurtagiriaren QRra sar zaitezke.