

## Región de la capital Nacional

### Viaje con confianza: COVID 19 Consejos y recursos para los viajeros

Commuter Connections está aquí para ayudarte a que viajes con confianza en el momento en que la región de la capital comienza a volver a abrir de forma metódica los negocios. Debajo verá que hay consejos de cómo mantenerse seguro durante sus desplazamientos en transporte, así como la información de los servicios de transporte local y que están haciendo para que los usuarios que comparten viaje lo hagan de la forma más segura posible.

#### Normas de reapertura local

El Distrito de Columbia, Maryland, y Virginia tienen cada uno de ellos sus propias normas y planes de reapertura. Los enlaces de abajo contienen el estado más actualizado de cada uno de ellos:

- [Distrito de Columbia y sus fases de reapertura](#)
- [Hoja de ruta de Maryland para la recuperación](#)
- [Virginia adelante](#)

#### CDC Recomendaciones de seguridad en el transporte

El Centro de control de enfermedades y su prevención mantiene una página [web](#) de gran ayuda llena de recomendaciones y orientaciones para la utilización de forma segura del transporte público, vehículos compartidos, taxis, dispositivos de movilidad reducida, y vehículos personales. Debajo encontrará consejos y recomendaciones para estar preparado cuando tenga que volver a desplazarse para ir a su oficina. Si usted no se siente bien, o tiene síntomas de enfermedad, por favor quédese en casa y evite utilizar el transporte público, manejar su auto, compartir un auto o minivan, o ir a la oficina.

- Evite desplazarse en cualquier modo a su trabajo y haga **teletrabajo**. Este es mejor medio preferido para ayudar a detener la propagación del COVID 19. Commuter Connections ofrece [recursos de teletrabajo](#) para ayudar a trabajadores y empleadores a iniciar, mejorar, o apoyar un programa con éxito de teletrabajo.
- Cuando monte con otros en **auto, minivan, taxi o uber/lift** siempre debe llevar mascarilla. Limite el número de pasajeros a un pasajero por fila, siéntese diagonalmente frente a otros pasajeros en el mismo auto. Lávese las manos inmediatamente después del viaje siguiendo las recomendaciones del CDC. Para practicar una buena higiene considere compartir el auto con personas que conoce, confía o con los que normalmente interactúa tales como familiares o trabajadores de su misma empresa. El sistema de Commuter Connections para encontrar personas interesadas en compartir viaje está ahora diseñado de modo que le será más fácil encontrar trabajadores de su misma empresa a quienes les gustaría compartir el viaje de forma segura.
- Asegúrese de seguir las indicaciones obligatorias de los operarios cuando utilice el **transporte público**. Un resumen de estas guías de uso pueden encontrarse en la sección de abajo. Independientemente del servicio local de transporte, actúe del mejor modo guardando la distancia con otros, lleve mascarilla o algo que le cubra la cara, evite el tocar donde se agarra uno y las barras, podría ser conveniente el uso de guantes desechables, no coma o beba mientras esté montado, evite vagones de trenes o autobuses abarrotados y evite tocar su celular mientras viaje.
- Cuando vaya en **bicicleta o camine** trate de mantener la distancia de 6 pies con otros. Lleve una mascarilla respirable y evite tocar las señales de paso de cebra con sus manos o lleve

guantes. Si usa una bicicleta de alquiler o un patinete eléctrico lleve consigo un desinfectante de manos para limpiar todos los puntos de contacto antes de subirse. ¿Está interesado en montar en bicicleta y no tiene o está buscando donar la suya? Si es así, vaya a [BikeMatchDC](#) y [BikeMatchMoCo](#) para más información de cómo participar en esos programas.

- Si usted **debe conducir/ manejar solo**, límite el riesgo potencial al Coronavirus evitando las [distracciones en la conducción/manejo](#) y la velocidad excesiva para mantener la seguridad en las carreteras. Ser un conductor precavido es tan importante como parar la propagación del Covid 19. Cuando sea posible ajuste sus viajes fuera de las horas de mayor tráfico. En algunos corredores, [Flextime Rewards](#) ofrece incentivos en dinero a cambio de reducir la congestión en la región. Si su compañía le ofrece horarios de trabajo alternativo tales como horas de trabajo escalonadas o comprimidas aprovéchese de ellas.

### **Soluciones de los servicios de transporte público a la pandemia**

Aviso: Abajo aparecen las soluciones al Covid 19 de los servicios de transporte local los cuales están sujetos a cambio. Compruebe con su servicio de transporte las últimas novedades.

City of Alexandria (DASH)

<https://www.dashbus.com/covidmods>

- DASH va a implementar modificación del horario entre semana en vigor desde el martes día 15 de septiembre. Para más información vaya al siguiente enlace. <https://www.dashbus.com/modifiedweekday0915>
- DASH ha reemplazado la entrada por la puerta de atrás, ha eliminado los pasajes y no permite sentarse en ciertos asientos para mantener la distancia física entre los conductores y los pasajeros. La modificación del horario se ha activado. Se exige llevar la cara cubierta en todos los autobuses de DASH. DASH ha implementado una mejora diaria en la limpieza de los vehículos y las instalaciones centrándose en los puntos críticos como los pasamanos, las cajas de cobro, y las puertas. También se ha llevado a cabo, actuaciones de desinfección y el uso de materiales considerados efectivos contra el Covid 19.

Arlington County (ART)

<https://www.arlingtontransit.com/about/covid-19-service-changes-and-information/>

- Para ayudar a que no se propague el coronavirus, ART está funcionando con disminución del servicio de autobuses, implementando que se entre por la puerta de atrás y suspensión de las tarifas. El servicio de transporte de Arlington fomenta el distanciamiento social en todos los autobuses y aconseja a todos los viajeros a usar ART solamente cuando sea esencial. Todos los viajeros deben usar mascarilla. La capacidad de los vehículos está limitada. Todos los autobuses son minuciosamente limpiados y desinfectados al final de cada noche usando los desinfectantes homologados en las estaciones, pasamanos, asientos de pasajeros, ventanas y todos los componentes del área del conductor.

DC Circulator

<https://www.dccirculator.com/covid-19-update/>

- DC Circulator exige a todos los pasajeros llevar la cara cubierta mientras se está dentro del autobús. Las tarifas se han suspendido en todas sus rutas hasta que se declare el final de la emergencia de salud pública por la alcaldesa Bowser. Se obliga a los pasajeros a que entren por la puerta de atrás. Cambios en el servicio entran en vigor. La ruta del "National Mall" queda suspendida. Protocolos de limpieza mejorados están llevándose a cabo.

### Fairfax County Connector

<https://www.fairfaxcounty.gov/connector/>

- El Fairfax Connector vuelve a tener servicio regular y ha lanzado nuevas y ampliadas rutas de autobús desde el día 29 de agosto. Vaya a este enlace para más información.  
<https://www.fairfaxcounty.gov/connector/return-to-service>
- Las tarifas se han suspendido hasta nuevo aviso. Los pasajeros deben entrar y salir usando las puertas de atrás. Esto no afecta a los clientes que necesitan usar la rampa para sillas de rueda. A Los pasajeros se les exige llevar la cara cubierta sin necesidad de que la mascarilla sea sanitaria, o bien llevar mascarilla de tela. Fairfax Connector ha incrementado los ciclos de limpieza del vehículo con especial atención al interior del autobús y puntos críticos tales como tiradores de las puertas, pasamanos y otras superficies. Estas limpiezas incorporarán protocolos de desinfección indicados para ser efectivos contra el COVID 19.

### City of Fairfax Cue Bus

<https://www.fairfaxva.gov/government/public-works/transportation-division/cue-covid-19-response>

- CUE está funcionando con servicio normal. Los ciclos de limpieza se han incrementado en los autobuses centrándose en el interior del bus y puntos críticos donde se toca tales como tiradores de las puertas, pasamanos y otras superficies. CUE está también ofreciendo toallitas desinfectantes a los pasajeros. Las mascarillas son obligatorias para los pasajeros. Entra en vigor la entrada y salida por la puerta de atrás. Esto no afecta a los clientes que necesitan usar la rampa para sillas de rueda. Las tarifas han sido suspendidas hasta nuevo aviso.

### Loudoun County Transit

- El estado actual de la ruta fija local, la conexión de metro y el servicio de autobús de cercanías está disponible en <https://www.loudoun.gov/buschanges>. Las tarifas son gratuitas hasta nuevo aviso. La capacidad de pasajeros es limitada en todos los autobuses. Los operadores de autobuses y los pasajeros deben cubrirse la cara. Todos los autobuses se limpian a fondo y se desinfectan a diario. Los operadores de autobuses limpian con regularidad todos los puntos de alto contacto entre viajes.

### Frederick County Transit

<https://frederickcountymd.gov/105/TransIT>

- El autobús de TransIT está funcionando nuevamente con servicio normal. Las tarifas siguen suspendidas hasta nueva orden. Los pasajeros y el conductor están obligados a llevar algo que les cubra la cara. No se facilitan mascarillas a los pasajeros. Se lleva a cabo la entrada y salida por la puerta de atrás. Se han implementado procesos reforzados de higiene.

### Montgomery County Ride On

<https://www.montgomerycountymd.gov/DOT-Transit/essential-plan.html>

- El Ride on está en funcionamiento en todas las 79 rutas, excepto el servicio especial de Flex, pero las frecuencias se han reducido debido a la obligatoriedad de distanciamiento social.
- Las tarifas se han suspendido temporalmente. Los pasajeros y el conductor están obligados a llevar la cara cubierta. Ride On facilita mascarillas. Por el momento se entra por la puerta de atrás, pero la puerta delantera puede ser utilizada por los pasajeros si necesitan usar la rampa para acomodar a alguien con discapacidad o una silla de paseo. Los interiores del autobús continúan siendo limpiados con desinfectantes anti virus que se

usan en hospitales. Los filtros del autobús y el sistema de ventilación son tratados cada noche con un desinfectante.

#### MTA Commuter Bus & MARC Commuter Rail

<https://www.mta.maryland.gov/coronavirus>

- Todos los pasajeros en los autobuses de Maryland y trenes deben de llevar la cara cubierta. MTA ha iniciado proactivamente una limpieza reforzada diaria de autobuses, trenes y vehículos especiales para personas con discapacidad, incluyendo la desinfección de áreas donde los pasajeros tocan frecuentemente.
- A partir de junio día 8, Commuter Bus retornará con horario anunciado “S” para todas las rutas, excepto la ruta 201.
- A partir de julio día 13, el MARC tren volverá a tener servicio completo para las líneas de Penn, Camden, y Brunswick.

#### Prince George’s County The Bus

<https://www.princegeorgescountymd.gov/1122/Maps-Schedules>

- The Bus está funcionando de lunes a sábado de 6:00 am a 6:00 pm con una frecuencia incrementada de 30 minutos en la mayoría de las rutas. Comenzando el día 4 de enero, de 2021 las tarifas serán restablecidas a 1 dólar por trayecto (las tarifas gratis continúan para aquellos pasajeros que cumplen los requisitos) A los pasajeros de la línea Fort Washington/Oxon Hill se les recomienda usar el nuevo servicio a petición/bajo demanda de PGC Link por 2 dólares el trayecto. “Call a Bus” continúa ofreciendo viajes hechos con reserva con 7 días de antelación. Los pasajeros y los operarios deben de llevar mascarilla. The bus no tiene mascarillas para dar al público. A los pasajeros se les recomienda usar la puerta delantera para entrar y salir por la puerta de atrás. Los vehículos se limpian a diario. La capacidad está limitada a 10 pasajeros en los autobuses grandes y a 4 en los pequeños.

#### PRTC Omniride

<https://omniride.com/>

- Se aconseja a los pasajeros que utilicen la puerta de atrás cuando el autobús tenga 2 puertas. Los conductores y pasajeros deben de llevar la cara cubierta. No se facilitan mascarillas a los pasajeros. Los autobuses Omniride locales y el servicio express de Metro operan sin cobro de tarifa. El servicio ampliado para las rutas exprés se ha iniciado el día 22 de junio de este año.

#### VRE Commuter Train

Video: [Proceso de desinfección con pulverizador y como es viajar en tren actualmente](#)

Tour interactivo: [Una mirada de como es el distanciamiento social en el andén del tren](#)

Blog: [Guía de salud y seguridad en VRE por coronavirus](#)

- El tren VRE está funcionando con horario “S” complementado con el tren 300 (Sale de Spotsylvania a las 4:45 am) para el trayecto dirección norte y el tren 307 (Sale de Union Station a las 4:10 pm) para el trayecto dirección sur. Cuando se limpia y desinfecta el personal pone énfasis en las áreas donde la gente suele tocar, como asientos, donde se pone la mano para sujetarse, y los baños que se limpian y desinfectan profundamente. Los trenes de pasajeros se limpian 2 veces al día usando desinfectantes. Los pasajeros deben de llevar la cara cubierta. Los dispensadores de gel desinfectante de manos han sido instalados en trenes y estaciones. Para asegurar la distancia física entre pasajeros, habrá gráficos que guiarán a los viajeros a utilizar asientos de ventana en una fila si y en otra no y los asientos del nivel superior de la cabina no estarán disponibles. Los gráficos que ayudan

a mostrar la distancia social han sido instalados en los andenes de las estaciones.

#### WMATA Metrobus y Metrorail

<https://www.wmata.com/covid19>

- Los trenes de WMATA han vuelto en su mayoría a operar en condiciones de normalidad en septiembre del 2020. Todas las estaciones están abiertas.
- Los autobuses de WMATA desde el día 23 de agosto funcionan con servicios que han sido mejorados desde la primavera y el verano donde hubo cortes del servicio. La entrada por la puerta de atrás permanece en vigor. Las tarifas siguen suspendidas hasta nueva orden.
- Todos los viajeros deben de llevar la cara cubierta o mascarilla en todo momento mientras se viaje en Metro. Metro no puede garantizar que los viajeros mantengan la distancia social requerida en todo momento durante el viaje
- WMATA no facilita mascarillas. Procedimientos de saneamiento más profundo se están llevando a cabo. Vaya a este enlace actualizado para ver con detalle el servicio en funcionamiento de WMATA. <https://www.wmata.com/service/covid19/covid-operating-status.cfm>
- Vaya a [Metro's Covid-19 Pandemic Recovery Plan](#) para mas information.

#### Recursos adicionales de Commuter Connections

- El programa gratis del Viaje garantizado de vuelta a casa. “[Guaranteed Ride Home Program](#)” está disponible para todos los trabajadores en caso de necesidad de un viaje de vuelta a casa por una emergencia. Llevar la cara cubierta o usar mascarilla es recomendado cuando se solicite un viaje de GRH.
- Commuter Connections ofrece servicios de [búsqueda gratis de viajeros](#) que se ajustan a nuestros criterios para formar un socio con el que viajar al trabajo. Compartir el viaje con individuo de confianza como un familiar o un compañero de trabajo es recomendado durante la pandemia. Usted tiene la posibilidad de ajustar sus criterios de búsqueda con solo trabajadores que trabajan con usted. Esta herramienta estará disponible a partir de junio del 2020.
- El programa de “**Pool Rewards**” incentiva a viajeros por compartir su viaje. Se puede ganar hasta 130 dólares cuando se viaje en auto con 2 o más personas o recibir 200 dólares mensuales como ayuda para minivans.
- Si usted decide manejar al trabajo solo, considere registrarse en el programa de “[Flextime Rewards](#)” y gane 8 dólares por viaje si evita viajar en horas de mayor tráfico.
- Bájese la aplicación de [CarpoolNow](#) para servicios de viajes compartidos a la carta. Los conductores pueden ganar hasta 10 dólares diariamente. Recuerde practicar una buena higiene cuando comparta el auto con otros.
- [IncenTrip](#) está disponible para ayudarle a planificar su ruta y contiene de modo actualizado los servicios de transporte que han sido interrumpidos como consecuencia del Covid 19. Gane puntos por sus viajes los cuales pueden ser canjeados por dinero en efectivo.
- Si usted **teletrabaja** considere nuestros consejos para sacarle mayor partido mientras trabaja desde casa. Visita <https://www.commuterconnections.org/commuters/> haga click en teleworking.

#### Recursos de Commuter Connections para empleadores

- Commuter Connections está disponible para ayudarle crear o mejorar en su centro de trabajo un [programa de teletrabajo](#), crear una jornada de trabajo con horas escalonadas y condensadas en la semana y/o desarrollar un programa de beneficios. [Contacte con](#)

[nosotros](#) si usted está interesado en nuestros [servicios gratuitos](#) o si le gustaría ayuda para el teletrabajo y otros recursos para empleadores.

- La “Association for Commuters Transportation (ACT) ha publicado un informe titulado [“Supporting Commuters Returning to Worksites during COVID-19”](#) Cuenta con información útil de como ayudar a los trabajadores con sus desplazamientos al trabajo.

## Respuestas de micro movilidad al Covid 19.

Los patinetes eléctricos Bird

<https://www.bird.co/blog/letter-to-our-riders-covid-19/>

- Bird ha incrementado la frecuencia en que los equipos de movilidad se limpian y desinfectados. Llevar guantes y la cara tapada cuando se monte en un dispositivo de Bird le puede ayudar a minimizar el riesgo potencial de gérmenes.

Capital Bikeshare

<https://www.capitalbikeshare.com/blog/covid19>

- Las superficies de contacto más frecuente se desinfectarán una vez que la bicicleta llegue al terminal. Los puntos de contacto más frecuente en las minivans que se usan para transportar las bicicletas serán desinfectadas al comienzo de cada turno.

Lime Scooter

<https://www.li.me/second-street/healthy-people-healthy-cities>

- Lime ha mejorado sus métodos de limpieza y reforzado la frecuencia y desinfección de los patinetes eléctricos. “scooters”. Todas las partes del patinete donde la gente toca son limpiados. [Lime Aid](#) ha sido estrenado para ofrecer viajes gratis a los trabajadores sanitarios y a otros trabajadores esenciales.

Lyft Bikes & Scooters

- Lyft desinfecta con frecuencia las superficies de más contacto en bicicletas y patinetes eléctricos. Llevar guantes y la cara tapada cuando utilice un dispositivo de Lyft puede ayudarle a minimizar el riesgo potencial de gérmenes.