

5 TIPS FÖR CORONAVIRUS SÄKERHET



UNDBIK FOLKSAMLINGAR

NÄR:

- ✓ DU ÄR SJUK
- ✓ DU MÅR BRA MEN EN EPIDEMI FORTFARANDE PÅGÅR I DITT OMRÅDE

HUR:

- ✓ 'FOLKSAMLING' BETYDER STÖRRE ANSAMLING AV MÄNNISKOR
- ✓ I STÖRRE SAMLINGAR ÄR DET SVÅRT ATT HÅLLA 2 METERS AVSTÅND
- ✓ SKAKA INTE I HAND ÄVEN NÄR DU MÅR BRA OCH SAKNAR SYMPTOM!

STANNA HEMMA OM DU SJUK

NÄR:

- ✓ DU HAR FEBER
- ✓ DU HOSTAR
- ✓ DU HAR ANDNINGS-SVÅRIGHETER

HUR:

- ✓ STANNA HEMMA, ÄVEN NÄR SYMPTOMEN HAR FÖRSVUNNIT TILLSDESS ATT LÄKARE TILLÅTER UTOMHUSVISTELSE
- ✓ RING SJUKVÅRDEN INNAN DU GÅR DIT
- ✓ UNDBIK OFFENTLIGA UTRYMMEN, SKOLA ELLER ARBETE
- ✓ ANVÄND INTE KOLLEKTIVTRAFIKEN, TAXIS, UBER ELLER LIKANDE TJÄNSTER
- ✓ ANVÄND ANSIKTSMASK OM DU BEHÖVER GÅ UT



STÄDA YTOR SOM ANVÄNDS OFTA

NÄR:

- ✓ EN GÅNG PER DAG
- ✓ EFTER FREKVENT ANVÄNDNING
- ✓ NÅGON SOM ÄR SJUK HAR ANVÄNT DEN

HUR:

- ✓ TVÅL OCH VATTEN FUNKAR BÄST
- ✓ RENGÖRINGSMEDEL SOM INNEHÅLLER MINST 70% ALKOHOL
- ✓ 20 ML BLEKMEDEL BLANDAT MED 1 LITER VATTEN

HOSTA OCH NYS

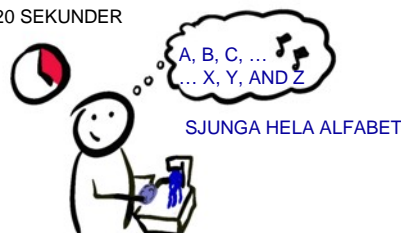
NÄR:

- ✓ DU ÄR SJUK
- ✓ DU HAR ALLERGIER
- ✓ ALLA ANDRA FALL (T.EX. DU HAR LAGAT MAT MED ALLDELES FÖR MYCKET PEPPAR)

HUR:

- ✓ SLÄNG PAPPERSNÄSDUKEN I SOPPORA PÅ EN GÅNG
- ✓ TVÄTT HÄNDERNA PÅ EN GÅNG

20 SEKUNDER



TVÄTTA DINA HÄNDER OFTA

NÄR:

- ✓ DU KOMMER INOMHUS
- ✓ DU KOMMER HEM
- ✓ DU ANVÄNDER BADRUMMET
- ✓ DU HAR VARIT BLAND FOLK
- ✓ DU HOSTADE ELLER NYSTE
- ✓ DU TOG BUSS, TÅG, TUNNELBANA, UBER, TAXIS ELLER LIKADANA TJÄNSTER
- ✓ INNAN DU ÄTER ELLER LAGAR MAT

HUR:

- ✓ TVÅL OCH VATTEN FUNKAR BÄST
- ✓ HANDSPRIT ÄR OK
- ✓ TVÄTTA BÅDA SIDOR AV DINA HÄNDER
- ✓ TVÄTTA RUNT DINA NAGLAR
- ✓ TVÄTTA MELLAN DINA FINGRAR
- ✓ GLÖM INTE ATT TVÄTTA DINA TUMMARNAS
- ✓ TORKA HELT

@epiellie
@benjaminlinas
@the_BMC

