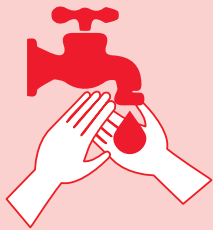
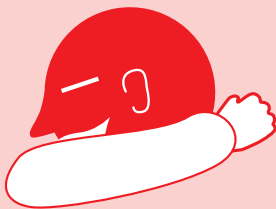


# TIPS FÖR ATT MINSKA RISKEN FÖR ATT SPRIDA ELLER FÅ SMITTA



**Tvätta händerna ofta** med tvål och varmt vatten, särskilt före måltid, mathantering och efter ett toalettbesök. Handsprit kan vara ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.



**Hosta och nys i armvecket** eller i en pappersnäsduk. Då hindrar du smitta från att spridas i din omgivning eller från att förorena dina händer.



**Undvik att röra vid ansiktet** eller ögon.



**Stanna hemma när du är sjuk** för att undvika att smitta människor på bussen, ditt arbete eller där du är nära andra.



**Undvik nära kontakt** med sjuka människor.