

Tärkeää tietoa koronaviruksesta

Koronatartuntoja on koko Borlängen alueella, ja meidän täytyy toimia yhdessä tartuntojen leviämisen hillitsemiseksi. Riskiryhmään kuuluvat yli 70-vuotiaat ja ihmiset, joilla on perussairauksia, ja meidän tulee suojella erityisesti heitä. Pyydämme nyt kaikkien borlängeläisten apua muiden huomioonottamisessa—pyydämme apua myös sinulta, joka olet nuori, terve etkä pelkää tartuntaa. Yhdessä voimme rajoittaa tartunnan leviämistä.



Pysy kotona jos olet sairas

Jos olet sairas, pysy kotona, vaikka oireesi olisivat lieviä. Tämä koskee myös lapsia.



Älä vieraile vanhusten ja sairaiden luona

Erytisen haavoittuvia virukselle ovat vanhuksset ja ihmiset, joilla on perussairauksia. Älä vieraile heidän luonaan juuri nyt, mutta pidä yhteyttä heihin muilla tavoin.



Pidä etäisyyttä muihin ihmisiin

Pidä noin kahden metrin etäisyys muihin ihmisiin. Vältä halaamasta ihmisiä, joiden kanssa et asu samassa taloudessa. Muista pitää etäisyys erityisesti silloin, kun matkustat bussilla tai käyt kuntosalilla, kaupassa ja muilla julkisilla paikoilla.



Yski ja aivasta kyynärtaipeeseen

Voit tartuttaa jonkun, kun yskit tai aivastat, joten suojele muita yskimällä ja aivastamalla kyynärtaipeeseen.



Pese kädet usein

Pese kädet monta kertaa päivässä—etenkin kun olet koskenut johonkin julkisella paikalla. Pese saippualla ja vedellä vähintään 20 sekunnin ajan joka kerta.



Älä matkusta turhaan

Tartuntojen määrä vaihtelee eri alueilla. Matkustaminen kasvattaa riskiä saada tartunta ja levittää tartuntaa eteenpäin. Matkusta vain, jos se on ehdottoman välttämätöntä.



Käy kaupassa mahdollisimman harvoin

Suunnittele ostoksesi siten, ettei sinun tarvitse käydä kaupassa niin usein. Monesta kaupasta voi tilata valmiiksi pakattuja tavaroita—oiva tapa vähentää tartuntariskiä. Voit myös tilata asinointiapua numerosta 0243-740 00, suomeksi ma klo 8—11 numerosta 0243-663 94.