

Viktig information om coronaviruset

Coronasmittan finns i hela Borlänge och vi måste hjälpas åt för att minska smittspridningen. De mest sårbara, är personer över 70 år och de som har en underliggande sjukdom, det är främst dem vi ska värna om. Vi ber nu alla Borlängebor om hjälp - även dig som är ung, frisk och kanske inte det minsta orolig för att bli smittad - att visa hänsyn. Tillsammans kan vi begränsa smittspridningen.



Stanna hemma om du är sjuk

Om du är sjuk, även vid lindriga symtom, stanna hemma. Det gäller även dina barn.



Hälsa inte på hos äldre och sjuka

Äldre personer och de som har underliggande sjukdomar är extra sårbara. Hälsa inte på hos dem just nu, men håll gärna kontakten på annat sätt.



Håll avståndet till andra människor

Håll ungefär två meters avstånd till andra människor. Undvik att krama människor som du inte delar hushåll med. Tänk extra mycket på avståndet om du besöker ett gym, en butik, åker buss eller besöker andra offentliga platser.



Hosta och nys i armvecket

Du kan smitta någon bara genom att hosta eller nysa, skydda andra genom att hosta och nysa i armvecket.



Tvätta händerna ofta

Tvätta händerna flera gånger per dag - och i synnerhet när du tagit på saker på offentliga platser. Tvätta med tvål och vatten i minst 20 sekunder per gång.



Res inte i onödan

Vi har olika mycket smitta i landet. Att resa ökar risken för att föra smittan vidare eller bli smittad själv. Res bara om det är absolut nödvändigt.



Handla så sällan du kan

Planera dina inköp, så att du inte behöver besöka butiken så ofta. Du kan också beställa färdigpackade varor hos många butiker - ett utmärkt sätt att minska risken för smittspridning. Du kan också beställa hjälp med ärenden på 0243-740 00.