

Tack för att du tar hand om dig och andra! ❤️

Covid-19 är en infektionssjukdom som påminner om förkylning eller influensa, med feber och hosta. De flesta blir inte svårt sjuka, men en del blir allvarligt sjuka och behöver vård på sjukhus. Det är viktigt att vi hjälps åt med att följa myndigheternas råd för att minska smittspridning och belastningen på sjukvården.

Is Swedish not your first language? You will find important information in both English and other languages at our website www.norrkoping.se

Hej!

- Stanna hemma så länge du känner dig sjuk. Vänta sedan minst två dygn efter det att du blivit frisk och symptomfri, innan du går tillbaka till arbetet eller skolan.
- **Tvätta händerna ofta**, nys i armvecket, undvik onödiga resor, håll avstånd i köer, undvik fester och folksamlingar.
- Det är bra att vara ute i friska luften, ta gärna en promenad. Men **håll avstånd** 1-2 meter till människor omkring dig både utomhus och inomhus.
- **Respektera besöksförbud** och undvik helt att besöka de som är över 70 år de och i riskgrupp. Ring och håll gärna kontakt, hjälp till att handla, göra ärenden och hämta mediciner.
- Barn som är friska **ska gå till skolan och förskolan**. Vid symptom ska barnet vara hemma tills barnet blivit frisk och ytterligare två symptomfria dagar.
- **Känner du oro och vill prata med någon?** Då kan du ringa kontaktcenter 011-15 00 00. De hjälper dig att få kontakt med kunnig och utbildad personal gällande det som just du behöver prata om. Det går bra att vara anonym.
- När vardagen blir vanlig igen vill vi kunna njuta av vår levande kommun. Stötta Norrköpings lokala företag **#stöttanorrköping** som just nu genomgår en tuff vardag. Erbjudanden finns på www.letscreate.norrkoping.se

Tillsammans bromsar vi smittspridningen. Tack för visad hänsyn!

Varma hälsningar från Norrköpings kommun



www.norrkoping.se • telefon 011-15 00 00



NORRKÖPING