

Tillsammans kan vi bromsa smittan!



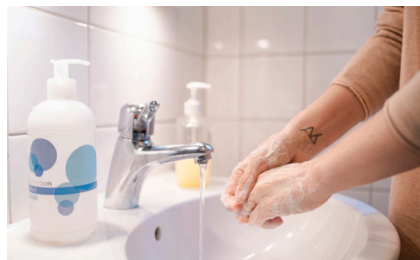
Folkhälsomyndigheten

Det är allas ansvar att hindra spridningen av **COVID-19**.

Här kommer några viktiga saker som alla kan göra:



Stanna hemma även om du bara känner dig lite sjuk. Testa dig för COVID-19 även om du är vaccinerad.



Tvätta händerna ofta med tvål och vatten i minst 20 sekunder, eller använd handdesinfektion.



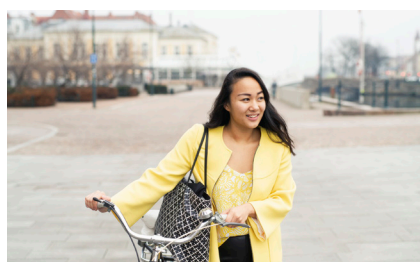
Håll avstånd till andra, särskilt inomhus. Du bör undvika platser som exempelvis butiker, köpcentrum och kollektivtrafik, om det är trängsel där.



Umgås helst utomhus och i mindre grupper. Undvik att vara nära andra, framförallt inomhus i mindre utrymmen under en längre tid.



Arbeta hemifrån om du kan. Om du är på arbetsplatsen, håll avstånd till andra vid till exempel möten, i fikarum och omklädningsrum.



Res på ett sätt som minimerar risken för smitta. Gå, cykla eller använd andra alternativ till kollektivtrafik, om det är möjligt. Se till att du kan isolera dig eller ta dig hem smittsäkert om du får symtom på COVID-19.

Smittskyddsläkare kan utfärda lokala och regionala rekommendationer.

På webbplatsen [krisinformation.se](https://www.krisinformation.se) finns samlad information om rekommendationer i olika regioner.

Detta är en **sammanfattning** av Föreskrifter om ändring i Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd (HSLF-FS 2020:12) om allas ansvar att förhindra smitta av COVID-19 m.m. De nya allmänna råden trädde i kraft den 1 juli 2021.

Källa: Folkhälsomyndigheten