

شما به عنوان بازدید کننده می‌توانید کارهای زیر را برای پیشگیری از انتشار سرایت کووید ۱۹ انجام دهید

در صورتی که علائم بیماری دارید در خانه بمانید

هنگامی که احساس بیماری می‌کنید، حتی در صورت بروز علائم خفیف، از دیدار با دیگران خودداری کنید. در این صورت شما از آلوده کردن دیگران پیشگیری می‌کنید.



دست‌هایتان را مرتب بشوئید!

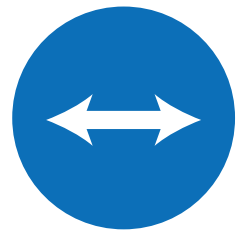
دست‌ها را قبل، حین و بعد از بازدید با دیگران با صابون و آب حداقل به مدت ۲۰ ثانیه بشوئید. الکل ضد عفونی کننده دست هم زمانی که امکان شستن دستها وجود نداشته باشد جایگزین خوبی می‌باشد.



فاصله خود را حفظ کنید و تماس بدنی را محدود کنید

فاصله خودتان را با دیگران هم در خانه و هم بیرون از خانه رعایت کنید.

مطمئن باشید که تماس بدنی با فردی که دیدار می‌کنید را محدود کنید.



از کارکنان پرسید

در برخی از خانه‌های گروهی قوانین و مقررات خاصی وجود دارد به همین دلیل از کارکنان آنها در این مورد سوال کنید.



سن بالا بزرگترین عامل خطر برای بروز علائم شدیدتر کووید ۱۹ است. همه افراد جامعه مسئول حفظ ایمنی سالمندان و جلوگیری از ابتلای آنها به این عفونت ویروسی هستند.

[folkhalsomyndigheten.se/
covid-19](https://www.folkhalsomyndigheten.se/covid-19)



Folkhälsomyndigheten