



Coronavirus – We doen het samen!

1. **Luister naar de aanwijzingen van de plaatselijke en landelijke overheid en volg ze.**

2. **Blijf thuis als je je niet lekker voelt. Ga niet naar je werk. Neem contact op met je dokter.**

3. **Houd de kinderen thuis als ze ziek zijn. Neem contact op met je dokter.**

4. **Als iemand in je gezin getest is en het coronavirus heeft, houd het hele gezin dan thuis. Ga niet naar je werk. Ga niet naar school. Neem contact op met je dokter.**

5. **Als je ouder bent, blijf dan thuis en uit de buurt van andere mensen.**

6. **Als je een ernstige medische aandoening hebt waardoor je groter risico loopt (bijv. een long- of hartaandoening of aantasting van je immuunsysteem), blijf dan thuis en uit de buurt van andere mensen.**

7. **Ook als je jong of gewoon gezond bent, loop je risico en kunnen jouw activiteiten de risico's voor anderen vergroten. Het is belangrijk dat jij je steentje bijdraagt om verspreiding van het coronavirus te stoppen:**
 - **Werk of studeer thuis als dat ook maar even mogelijk is.**
 - **Vermijd sociale activiteiten in groepen van meer dan 10 personen.**
 - **Eet niet in bars, restaurants en kantines: haal je maaltijden af of laat ze bezorgen.**
 - **Reis niet, ga niet winkelen en leg geen bezoeken af als dat niet nodig is.**
 - **Bezoek geen verzorgingstehuizen of andere zorginstellingen.**
 - **Zorg voor een goede hygiëne:**
 - **Was je handen, vooral nadat je veelgebruikte zaken of oppervlakken hebt aangeraakt.**
 - **Raak je gezicht zo min mogelijk aan.**
 - **Nies of hoest in een papieren zakdoekje of in je elleboog.**
 - **Desinfecteer veelgebruikte zaken en oppervlakken zo vaak mogelijk**