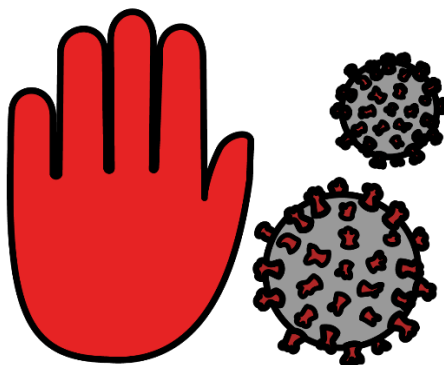


Gode vaner

Stopp smitte



Når du må hoste eller nyse

- hold et papirtørkle foran nese og munn
- kast papirtørkle i søpla
- du kan også hoste eller nyse i albukroken

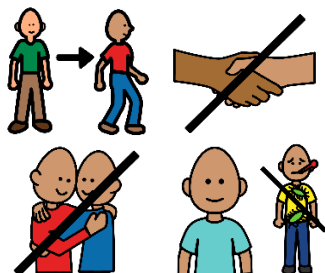


Vask hendene med en gang etter at du har hostet eller nyst



Vaske hendene dine når du

- har vært på toalettet
- har hostet eller nyst
- skal spise eller lage mat
- kommer hjem eller kommer på jobb
- har vært i butikken eller andre steder.



Du bør ikke:

- ikke være nær andre mennesker
- ikke ta andre i hånden
- ikke gi andre noen klem
- ikke vær nær noen som er syk.