



Rijksoverheid

Stop de verspreiding van het coronavirus

We krijgen het coronavirus alleen onder controle als iedereen het volgende doet:



Blijf zoveel mogelijk thuis.

Ga alleen naar buiten als dat nodig is. Bijvoorbeeld om boodschappen te doen, of voor een frisse neus. Doe dat niet met meer dan drie personen. Werk thuis als het kan.

Heb je last van verkoudheid of koorts? Blijf dan thuis. Blijf ook thuis wanneer iemand anders in huis verkouden is en koorts heeft. Nodig geen bezoek uit.



Houd 1,5 meter afstand.

Het coronavirus verspreidt zich vooral door hoesten en niezen. Houd daarom 1,5 meter afstand van anderen (twee armlengtes). Ook op straat, in de supermarkt en in het park. Zo word jij niet ziek, en zorg je ervoor dat je anderen niet ziek maakt.



Was vaker je handen.

Was je handen meerdere keren per dag met water en zeep. Zeker als je buiten bent geweest.



Hoest en nies in de binnenkant van je elleboog.



Gebruik papieren zakdoekjes.



Schud geen handen.

Deel deze maatregelen met je familie, vrienden en burens.

**alleen samen krijgen we
corona onder controle**

Meer informatie:
rijksoverheid.nl/coronavirus
of bel 0800-1351