

# VANAR SOM FØREBYGGJER SMITTE

## PAPIRLOMMETØRKLE

framfor munn og nase skjermar andre når du hostar eller nys. Kast lommeetørkleet etterpå. Vask så hendene.

## BRUK OLBOGEKROKEN

når du må hoste eller nyse og ikke har papirlommeetørkle tilgjengelig.

## VASK HENDENE

ofte og grundig, særleg når du har vore ute blant folk.

## HANDDESINFEKSJON

med middel som inneheld alkohol er eit godt alternativ når du ikkje får vaska hendene, til dømes på reise.

- **UNNGÅ KLEMMING**
- **UNNGÅ HANDHELSING**

