

Geef Corona geen kans met onze handige tips!



1 Was regelmatig de handen met water en zeep

Gebruik voor het afdrogen bij voorkeur een papieren handdoek, keukenrol, warme lucht of een handdoekrol. Gebruik tussendoor alcoholgel om de handen te ontsmetten.



2 Raak zo weinig mogelijk uw ogen, neus en mond aan

Virussen verspreiden zich via de handen naar de mond, ogen en neus.



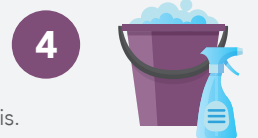
3 Let op met hoesten en niezen

Het Coronavirus is erg besmettelijk en dit vanaf 2 dagen voor de eerste symptomen optreden tot 12 dagen na het uitbreken ervan. Hou een papieren zakdoek voor uw mond bij het niezen/hoesten of nies/hoest in de elleboogplooï als u geen zakdoek bij de hand hebt. Hou ook wat meer afstand, schud geen handen en geef geen kussen.



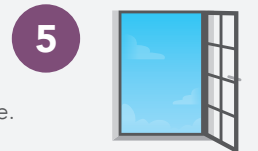
4 Hou de werkplek schoon

Ontsmet op regelmatige tijdstippen uw toetsenbord en muis.



5 Zet eens een raam open

Zorg voor een goede ventilatie in uw woning of werkkruimte. Frisse lucht verdrijft immers de virussen.



6 Leef gezond!

Een goede weerstand is het belangrijkste wapen tegen een virus. Eet dus gezond, blijf in beweging en slaap voldoende.

