



## **Östra Sommarstadens koloniförening följer Folkhälsomyndighetens rekommendationer:**

### **Råd för att minska risken för smittspridning av coronavirus på koloniföreningen:**

För att minska risken för smittspridning ska alla boende på koloniområdet vara uppmärksamma på symtom som feber, hosta och svårigheter att andas och vid sådana symtom hålla sig på sin kolonilott. Det gäller även vid lättare symtom som halsont, snuva och muskel- och ledvärk. Rekommendationerna gäller oavsett om man varit på resa innan man blev sjuk eller inte.

Boenden ska liksom alla andra i samhället stanna på sin kolonilott så länge man känner sig sjuk och man ska vara symptomfri i två dagar innan man får vistas ute på koloniområdet. Det är heller ej tillåtet att använda allmänna toaletter och duschar om ovanstående symtom gör sig påminda.

### **Vidare rekommenderar Folkhälsomyndigheten och Socialstyrelsen följande:**

Tvätta händerna ofta! Smittämnen fastnar lätt på händer och andra ytor som till exempel dörrhandtag. De sprids vidare när du tar någon i hand. Tvätta därför händerna ofta med tvål och varmt vatten. Tvätta alltid händerna före måltid, mathantering och efter ett toalettbesök. Handsprit kan vara ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.

Hosta och nys i armvecket! När du hostar och nyser sprids små, små droppar som innehåller smittämnen. Genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk hindrar du smitta från att spridas i din omgivning eller från att förorena dina händer.

Ovanstående rekommendationer gäller även besökare på koloniområdet.