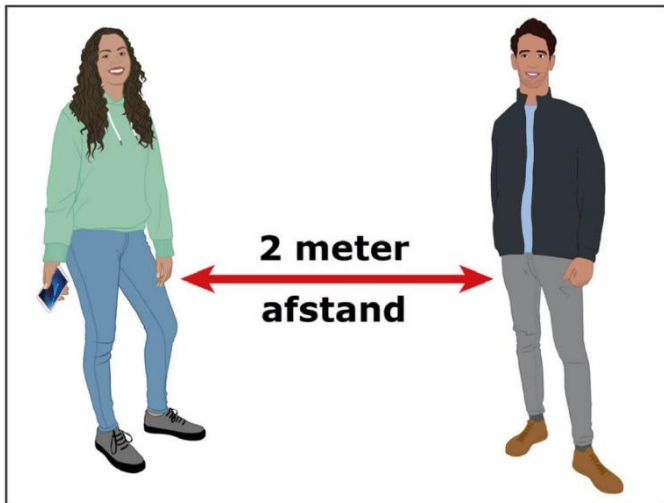


Kijk voor verschillende talen op <https://www.pharos.nl/coronavirus/>



Advies voor thuis:

- **Blijf zoveel mogelijk thuis.**
- Vraag niet meer dan 3 mensen op bezoek.
- Hou 2 meter afstand van andere mensen.



Advies voor buiten:

- Groepen van meer dan 2 mensen zijn nu verboden. De politie kan hoge boetes geven.
Alleen een gezin met kinderen krijgt geen boete.
- Hou 2 meter afstand van andere mensen.
- Ga alleen boodschappen doen. Neem je kinderen niet mee, als dat kan.
- Je mag voor een wandeling naar buiten, maar niet in de drukte.
- Kinderen die jonger zijn dan 12 jaar mogen nog wel met vriendjes samen buitenspelen.
Maar alleen in een klein groepje.





Advies voor mensen met klachten:

Als je koorts hebt, meer dan 38 graden, moet je thuisblijven.
Iedereen die bij jou in huis woont moet ook thuisblijven.
Als je 1 of meer van deze klachten hebt:

- hoesten
- niezen
- snot in je neus
- keelpijn


Dan moet alleen jij thuisblijven en niet dichtbij anderen komen.

Advies voor mensen die ouder zijn, niet zo gezond zijn of een ziekte hebben:

- Vrienden en familie mogen niet bij jou thuiskomen als ze klachten hebben (verkoudheid, hoesten, keelpijn, koorts)

Als je wilt weten of je de huisarts moet bellen:

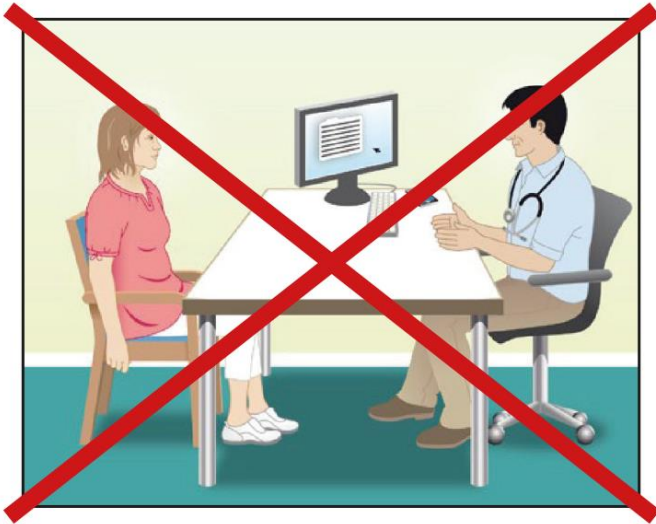
1. Kijk op het internet bij [Thuisarts.nl](https://www.thuisarts.nl)
2. Vul in bij Zoeken: Corona en klik op 'zoeken'
3. Kies dan uit de lijst: 'Ik denk dat ik het nieuwe coronavirus heb'

4. Klik bovenaan op  Voorlezen dan kan je de tekst ook horen

Als je vragen hebt:

Bel dan **0800-1351**
of zoek op [Thuisarts.nl](https://www.thuisarts.nl) op Corona.

Ga niet naar de huisarts



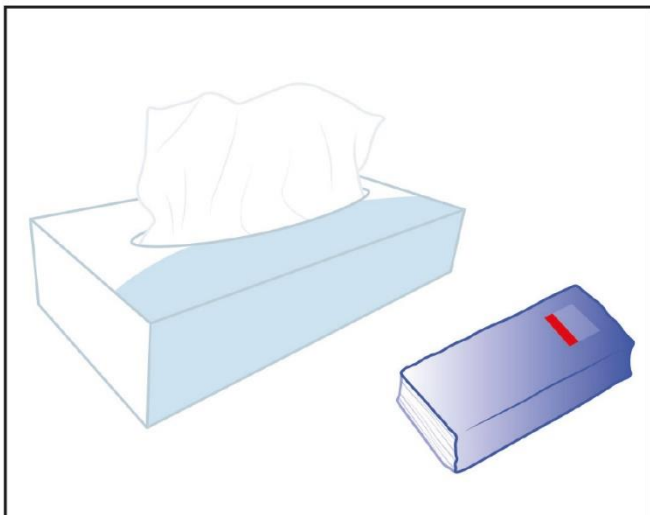
Dit blijft tot en met 19 mei in heel Nederland

Wat kun je nog meer doen

Hier vind je een paar belangrijke tips:



Was je handen een paar keer per dag met zeep. Was ook goed tussen je vingers.



Gebruik papieren zakdoekjes bij het niezen en snuiten.



Nies en hoest in je elleboog.



Geef geen hand.

