

## Til beboerne i Vejlesøparken

**Myndighedernes vidtgående indgreb i samfundets hverdag har til formål at bryde smittekæderne og dermed forsinke Coronasmittens eksplosive udbredelse.**

**Er du rask, så undgå at blive smittet således:**

1. Vask hænder tit, eller brug håndsprit
2. Host eller nys i dit ærme – ikke dine hænder
3. Undgå håndtryk, kindkys og kram - begræns den fysiske kontakt
4. Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen
5. Hold afstand til andre og bed andre tage hensyn

Bliv hjemme i lejligheden i størst muligt omfang\*

**Når du skal ud i samfundet (indkøb/arbejde), så undgå at blive smittet således:**

- Gå eller tag cyklen, hvis det er muligt\*
- Rejs uden for myldretiden
- Vis hensyn til andre, du møder på din vej
- Husk den gode håndhygiejne (brug evt. handsker)
- Rejs ikke med kollektiv trafik, hvis du er syg, eller formoder at være smittet

Vask hænder straks, når du kommer hjem for at beskytte dig selv/din bolig mod smitte

**Hvis du er syg eller føler dig syg så undgå at smitte andre således:**

- A. Isolér dig selv i hjemmet. Kontakt andre via telefon, mail og Internet
- B. Hold fokus på god håndhygiejne, også i hjemmet
- C. Daglig rengøring – især af toilet/bad, køkken og dørhåndtag
- D. Stil spørgsmål til Corona Hotline 7020 0233 og belast ikke læge/sundhedssystemet
- E. Få naboer eller andre til at købe ind for dig\*\*
- F. Har du kæledyr, så få andre til at lufte dem.

Kontakt evt. ejendomsinspektøren for at få råd og vejledning vedrørende indkøb og kæledyr

**Hvis du bliver meget syg og får problemer med vejrtrækningen:**

- a) Kontakt i første omgang egen læge via telefon, men bliv hjemme
- b) Om nødvendigt så kontakt Akuttefon: 1813 (Region Hovedstaden)

Kontakt evt. Vejlesøparkens Vagttelefon (+45) 27 26 07 09 for at få praktisk nødhjælp

\*Gåture i skoven er generelt en sund aktivitet og kan tilrådes

\*\*Vejlesøparken er ved at etablere nabohjælp for de beboere, der ikke kan at forlade deres bolig.

**Myndighedernes fælles hotline: 7020 0233**  
**Myndighedernes fælles hjemmeside: coronasmitte.dk**  
<https://politi.dk/corona>