

# Rekommenderade riktlinjer vid bekräftad smitta i förening

- Informera laget/träningsgruppen och övriga personer som den smittade personen varit i kontakt med.
- Övriga i laget/träningsgruppen ska, även om man inte har några symptom, tänka på att man kan vara smittad och vara extra uppmärksam på om man får några symptom under hela inkubationstiden (2-14 dagar, vanligast 5 dagar).
- Vid symptom ska man isolera sig och gå in på webbplatsen **1177.se** för att se vad som gäller om symptomen inte går över på ett dygn.
- Medan man väntar på provsvaret ska man bete sig som om man har covid-19.
- Genomför en extra noggrann städning av de ytor, toaletter, redskap med mera som ifrågavarande person använt och vistats i.
- Följ de regionala förhållningsreglerna och håll dig informerad via **1177.se**.

## Så kan du minska smittspridningen



**TVÄTTA HÄNDERNA OFTA**



**HOSTA OCH NYS I ARMVECKET**



**UNDVIK ATT RÖRA ÖGON, NÄSA OCH MUN**



**STANNA HEMMA NÄR DU ÄR SJUK**



**ANVÄND HANDSPRIT**



**Småland**