

# Det du gör spelar roll för andra

Även om du själv inte tillhör någon riskgrupp, och heller kanske inte drabbas så hårt om du skulle bli sjuk i covid-19, så finns risk att du träffar någon som du smittar och som blir mycket svårt sjuk.

## *Den allra bästa present du kan ge till dina nära och kära ...*

*Om du inte blir smittad av corona, kan du heller inte smitta andra.*

### Några tips:

- Vinka istället för att kramas.
- Tvätta händerna ofta.
- Stanna hemma om du är sjuk.
- Skippa festen.
- Håll avstånd.
- Cykla istället för att ta bussen.



### Hjälp att handla matvaror och medicin?

Du om är 70 år eller äldre kan få hjälp med att handla mat och medicin. Ring in din beställning till oss på tfn 0560-160 10, helgfri måndag-torsdag kl. 9-12.

Eller skriv in den på [www.torsby.se/handla70plus](http://www.torsby.se/handla70plus). Tjänsten är kostnadsfri, du betalar bara för de varor du köper.

### Personligt ansvar

Alla måste hjälpas åt för att hålla smittspridningen av coronaviruset så låg som möjligt.

Skolans rektorer uppmanar: Alla elever och anställda måste vara noga med att stanna hemma vid minsta symptom och sköta hand- och hosthygien.

Skolan har många anslag där vi påminner om detta. Det finns även information om vilka symptomen är för covid-19 – allt för att vi tillsammans ska minska risken för smittspridning. Alla måste ta sitt personliga ansvar.

Äldre elever förväntas vara bra förebilder. Vårdnadshavare kan stötta genom att förklara för sina ungdomar varför det finns restriktioner. Håll i, håll ut och håll avstånd.

### Var källkritisk

Ibland kan det vara svårt att hänga med i de senaste rönen. Och det som gällde i början av coronapandemin kanske inte gäller på samma vis nu längre. Det kan också lätt bli ryktesspridning och felaktig information i omlopp.

Följ därför t.ex. [www.krisinformation.se](http://www.krisinformation.se)

### Höstglöd på nytt sätt

26 september- 4 oktober, lite annorlunda men ändå. Flera aktiviteter sker utomhus, där det är lätt att hålla avstånd. Stadsvandring, motti och fläsk serverat på nytt sätt eller föreläsning, författarbesök och teater med avstånd mellan stolarna.

Programmet kan du se redan nu på [torsby.se/hostglod](http://torsby.se/hostglod).