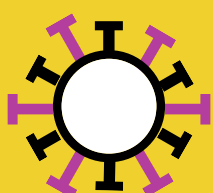


# Community Support.



## Coronamaatregelen: kort overzicht

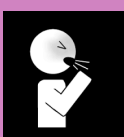
Tot en met 15 maart gelden de volgende coronamaatregelen om verspreiding van het virus te voorkomen. We snappen dat dit vervelend of verwarrend kan zijn. Wat mag je wel en wat niet? wat kan er wel en wat niet? We zetten het voor je op een rij:

### Wat als?



#### Klachten? laat je testen

Als je klachten hebt zoals verkoudheid, hoesten, verhoging of plots verlies van smaak of geur, laat je dan testen. Bel 0800-1202 voor een coronatest.

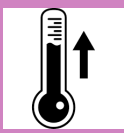


#### Je je ziek voelt, maar geen koorts hebt:

- je blijft thuis, laat je testen

#### Je je ziek voelt en/of benauwd bent én koorts hebt:

- je blijft thuis, maar ook alle mensen die bij jou wonen!



Je gaat niet wandelen of boodschappen doen en vraagt anderen om hulp.



Volg de regels die gelden voor quarantaine en isolatie.

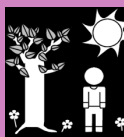
### Thuis:



Ontvang niet meer dan 1 persoon van 13 jaar of ouder per dag

Ga max. 1 keer per dag ergens o[ bezoek

### Buiten:



Je mag naar buiten met leden van je gezin of met groepje van max 2 mensen.

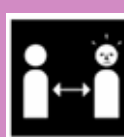
### Avondklok:



- van 21.00 uur 's avonds tot 04.30 uur 's ochtends is het

verboden om zonder geldige reden de straat op te gaan.

### Regels voor iedereen:



- Hou 1,5 meter afstand



- Hoest en nies in je elleboog.



- Gebruik papieren zakdoekjes en gooi ze weg



- Schud geen handen zwaai of zeg gedag

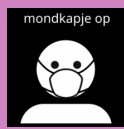


- Was vaak je handen, met zeep!



- Werk thuis als dat kan  
- Blijf zoveel mogelijk thuis

### Mondkapje:



- verplicht in OV

- dwingend advies om ze te dragen in publiek toegankelijke binnenruimtes (zoals winkels, gemeentehuis, parkeergarages).  
- ook je supportmedewerker kan een mondkapje dragen.

### Wat kunnen wij voor je doen?

Wij kunnen samen met je kijken of je je nog redt in deze situatie. En die is voor iedereen anders. Je supportmedewerker kan met je meedenken over veel vragen zoals:

- Ik ben - of iemand bij mij in huis is - ziek, hoe krijg ik mijn boodschappen?
- Ik maak me zorgen over mijzelf of iemand in mijn omgeving, wat kan ik nu doen?
- Ik voel me alleen nu ik zoveel binnen ben, wat kan ik hieraan doen?

MEER INFORMATIE:

[WWW.RIJKSOVERHEID.NL](http://WWW.RIJKSOVERHEID.NL)



Ook nu zijn we er om je te ondersteunen!