

# Policy covid-19



## Allmänt

För att minska spridningen av covid-19 gäller följande rekommendationer till er som är medarbetare, underleverantör och konsult till oss på SEKE.

Följ Folkhälsomyndighetens rekommendationer på webben.

se [www.folkhalsomyndigheten.se/](http://www.folkhalsomyndigheten.se/)

Nedan en sammanfattning av Folkhälsomyndighetens rekommendationer i korthet:

- Stanna hemma även om du bara känner dig lite förkyld.
- Har du nyttillkomna symptom på covid-19 som inte går över inom ett dygn bör du kontakta 1177 för provtagning, förutsatt att symtomen inte kan förklaras av andra sannolika orsaker så som känd allergi, migrän eller spänningshuvudvärk.
- Tvätta händerna ofta med tvål och vatten, i minst 20 sekunder.
- Håll en armlängds avstånd till andra både inomhus och utomhus.
- Om det är möjligt, färdas på ett annat sätt än med allmänna färdmedel eller kollektivtrafiken, till exempel gå eller cykla.
- Välj ett färdmedel där du kan boka plats eller ett där du kan undvika trängsel.
- Håll avstånd till andra på bussen, tunnelbanan, spårvagnen och andra allmänna färdmedel.
- Undvik att delta i större sociala sammanhang som fester, begravningar, dop, kalas eller bröllop. När det gäller begravningar har Svenska kyrkan och Myndigheten för stöd till trossamfund, information om hur dessa kan genomföras för att förhindra smitta av covid-19.
- Håll avstånd till andra på idrottsplatser, badhus och gym och undvik att byta om i allmänna omklädningsrum.
- Är du 70 år eller äldre är det extra viktigt att du undviker platser där människor samlas och att du begränsar dina fysiska kontakter.

Med dessa enkla regler bidrar vi till att minska riskerna och att vi kan jobba tryggt tillsammans.