

Dacă sunteți sănătos, nu dați telefon la camera de urgență sau la cabinetul medical.

Aveți întrebări despre virusul Corona? Citiți: www.randaberg.kommune.no/korona, www.fhi.no (care sunt paginile de Internet ale Institutului Popular de Sănătate) și www.helsedirektoratet.no (care ne dau tuturor reguli naționale).

Puteți de asemenea să sunați la telefoanele Corona 51 91 40 30 (local) sau 815 55 015 (național). Acest telefon are orar de funcționare luni–vineri între ora 09-18, sâmbătă și duminică între ora 10-16.

Dacă există posibilitatea să fi contractat acest virus, sunați la linia Corona a camerei de urgență, la telefonul 51 91 40 30. Aceștia vor decide dacă veți fi testat și reținut acasă în carantină. Acest telefon are orar zilnic între ora 09-22.

Dacă sunteți în carantină, rămâneți acasă. Nu mergeți la magazin sau în alte locuri unde intrați ușor în contact cu alții.

Dacă sunteți bolnav în alte feluri, sunați cabinetul medical înainte ca să vă prezentați acolo, și sunați la camera de urgență la 116 117 înainte să sosiți acolo.

Spălați-vă bine pe mâini cu săpun, evitați să tușiți sau să strănutați direct înspre alte persoane, și tușiți / strănutați într-o batistă de hârtie (de unică folosință, care se aruncă după aceea), sau în încheietura cotului.

Limitați salutarea prin strângerea mâinii, sărutatul și îmbrățișatul – aceasta poate să reducă transmiterea virusului.