



Bengt Fredrikson
chefredaktör



Ulrika Åling
bildredaktör,
fotograf



Moa Candil
journalist



Katrin Kasström
journalist



Martin Hanberg
journalist



Sarah Green
journalist

Så minskar du spridningen av viruset

■ Det är speciella tider. Viruset corona sprider sig i Sverige och i andra länder. Det är viktigt att vara försiktig.

Här är några saker som du kan göra för att minska smittan.
8 SIDOR
8sidor@8sidor.se



FOTO: JESSICA GOW / TT

Du ska tvätta händerna ofta med tvål och vatten.

Tvätta händerna ofta

■ Du ska tvätta händerna ofta. Tvätta händerna till exempel när du har varit ute. På jobbet eller i affären. Eller innan du ska laga mat. Det är viktigt att du tvättar

händerna med tvål och vatten. Och att du gör det i 30 sekunder. Du kan också använda handsprit. Men det bästa är att tvätta händerna med vanlig tvål.



FOTO: ISABELL HÖJMAN / TT

Den här mannen är sjuk. Därför ska han vara hemma.

Stanna hemma om du är sjuk

■ Du ska stanna hemma om du har blivit sjuk. Det ska du göra även om du bara är lite förkyld. Det går inte att veta säkert vilken sjukdom du har.

Därför är det bäst att vara försiktig. Stanna hemma tills du har blivit frisk. Sedan ska du stanna hemma i två dagar till.



FOTO: BERIT ROALD / NTB / TT

Hon nysar i armvecket.

Nys i armvecket

■ Hosta och nys i armvecket. Nys inte rakt ut i luften eller i dina händer. Då kan små droppar med smitta komma ut.

Och du ska inte ta med händerna på dina ögon, din näsa och din mun.



FOTO: JANERIK HENRIKSSON / TT

De håller avstånd till varandra.

Håll avståndet

■ Du ska helst inte vara nära andra människor. Håll avstånd om du kan. Det gäller både inomhus och utomhus. Till exempel när du åker buss eller när du handlar mat. Och försök att inte vara på platser där många människor är.



FOTO: ANDERS WIKLUND / TT

Ett par som är hemma vid datorn.

Gamla är hemma

■ Människor som är över 70 år kan bli väldigt sjuka. Därför ska de inte träffa folk. De ska helst vara hemma. Men det går bra att de tar promenader utomhus. Men de ska inte vara nära andra. Det är också förbjudet att besöka hem för gamla.



FOTO: JOHAN NILSSON / TT

Du ska helst inte resa med tåget.

Bara viktiga resor

■ Du ska helst inte resa från staden eller byn där du bor. Du ska bara göra resor som är viktiga, säger myndigheterna.

När människor reser finns det risk att smittan sprider sig.

8 SIDOR

Har du frågor om din prenumeration?
Ring 08-799 63 12
e-post: 8sidor@pressdata.se

**Lösenord till tidningen
på nätet: fotboll**

Det här är 8 SIDOR:

8 Sidor är en nyhetstidning på lättläst svenska. 8 Sidor har funnits sedan 1984. Tidningen hör inte till något politiskt parti eller någon förening. Det är journalisterna på tidningen som bestämmer vilka nyheter som är viktigast att skriva om.

Sedan den 1 januari 2015 ansvarar **Myndigheten för tillgängliga medier** för att 8 Sidor görs.

Alla kan prenumerera på 8 Sidor. Läs mer på 8sidor.se/prenumerera

Kontakt:

Vår adress: Drakenbergsgatan 39
117 41 Stockholm
E-postadress: 8sidor@8sidor.se
Telefon: 08-580 02 867

Ansvarig utgivare: Bengt Fredrikson
Stf ansvarig utgivare: Moa Candil

ISSN: 1104-554X
Tryckeri: Mittmediaprint 2020

Ärgång: 37

Prenumeration och kundtjänst:

PressData, Box 610, 832 23 Frösön
Telefon: 08-799 63 12
E-post: 8sidor@pressdata.se

Prenumerationspriser:
Helår 850 kr, halvår 450 kr
provprenumeration 8 nr 155 kr

8 Sidor finns som taltidning. 8sidor.se/taltidning
Läsarsabonnemang kan erbjudas.
25 % rabatt vid prenumeration av minst 10 ex,
40 % vid 25 ex eller fler.