



Kaikkia Norrbottenin länissä oleskelevia kehotetaan 10. marraskuuta lähtien:



Mikäli mahdollista, välttämään fyysistä kontaktia muiden kuin samassa taloudessa asuvien henkilöiden kanssa

Tämä tarkoittaa muun muassa sitä, että vältettäisiin juhlien järjestämistä sekä juhliin tai vastaaviin sosiaalisiin tapahtumiin osallistumista. Lisäksi tulisi välttää tietyn tyyppisiä aktiviteetteja, jos niitä ei voida järjestää siten, että fyysinen etäisyys muihin säilyy. Tällaisia ovat esimerkiksi kontaktiurheilulajit sekä lääketieteellisesti motivoimaton terveyden- ja kauneudenhoito. Neuvo ei koske välttämätöntä lähikontaktia, esimerkiksi hoitokäyntiä ja lääketieteellisiä tutkimuksia.



Välttämään oleskelua sisätiloissa, kuten myymälöissä, ostoskeskuksissa, museoissa, kirjastoissa, uimahalleissa ja kuntosaleilla

Välttämättömät käynnit esimerkiksi elintarvikeliikkeissä ja apteekeissa ovat mahdollisia.



Välttämään osallistumista esimerkiksi kokouksiin, konsertteihin, esityksiin, urheiluharjoituksiin, otteluihin ja kilpailuihin

Tämä ei kuitenkaan koske vuonna 2005 tai myöhemmin syntyneiden lasten ja nuorten urheiluharjoituksia.



Välttämään tarpeettomia matkoja

Alueiden sisäiset tai väliset matkat voivat lisätä tartunnan leviämistä, koska tällöin usein tavataan uusia ihmisiä, mikä käynnistää uusia tartuntaketjuja. Tällaisia matkoja tulee sen vuoksi välttää, mikäli se on mahdollista. Tämän neuvon ei ole tarkoitus estää ihmisiä esimerkiksi matkustamasta töihin, opiskeluun tai vastaavaan toimintaan tai käyntiä vaativaan hoitoon.

