

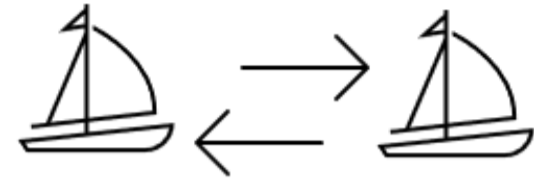
Råd i coronatider

Stanna hemma om du inte känner dig helt frisk, även om du bara har lindriga symtom.



Om du inte har egen transport utan åker med allmänna transportmedel till och från båten, följ noga de gällande rekommendationerna.

Fortsätt ditt båtliv, men håll avstånd till andra.



Var särskilt rädd om personer över 70 år som är den främsta riskgruppen för att bli allvarligt sjuka i covid-19.



Undvik nära kontakt med andra än familjemedlemmar i allmänna utrymmen som t.ex. duschar, omklädningsrum, kök och bastu.

Håll avstånd på bryggor och i land och mellan båtarna i hamn.

Minimera antalet ombord till en ”trygg grupp” till exempel den närmaste familjen.



Tvätta händerna ofta med tvål och vatten i minst 20 sekunder. Har du inte möjlighet att tvätta dig, använd handsprit. Ha handsprit med ombord.



Minska risken för att behöva söka vård. Tänk på att vara försiktig och inte riskera att skada dig. Känner du dig det minsta osäker, avstå som exempel från att polera båten från stegen eller göra ett vågat hopp i land. Var försiktig med allt du gör i samband med båtlivet. **Använd alltid flytväst och vattensäkert mobilfodral.**



Var rädd om dig och alla andra!

Håll dig uppdaterad om de senaste rekommendationerna på [folkhalsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Läs mer om Svenska Båtunionen på [batunionen.se](https://www.batunionen.se)

Källor: Folkhälsomyndigheten, Svenska Båtunionen, [upplevbatlivet.se](https://www.upplevbatlivet.se), [krisinformation.se](https://www.krisinformation.se)

