

# Vertraag de verspreiding van het virus

[www.info-coronavirus.be](http://www.info-coronavirus.be)

## Nederlands

1. Blijf zo veel mogelijk thuis.
2. Vermijd handen geven, kussen of knuffelen.
3. Wees aandachtig voor risicogroepen.  
Dit zijn personen ouder dan 65 jaar, diabetici, personen met hart-, long- of nieraandoeningen, personen met een verzwakt immuunsysteem, ...
4. Contact tussen kinderen en ouderen is af te raden. Kinderen worden niet ernstig ziek van het coronavirus, maar kunnen het wel makkelijk verspreiden.
5. Hou voldoende afstand (1,5 meter) als je buiten bent.

## Как защитить других от заражения коронавирусом?

### Russisch

Vertaling uit het Nederlands

1. Оставайтесь дома.
2. Избегайте рукопожатий, поцелуев и объятий.
3. Будьте внимательны к людям в группе особого риска: людям старше 65 лет, людям с хроническими заболеваниями (сахарный диабет, сердечно-сосудистые заболевания, заболевания легких и почек), людям с ослабленным иммунитетом.
4. Рекомендуется ограничить общение детей с пожилыми людьми. Дети переносят коронавирусную инфекцию в более мягкой форме, но часто становятся переносчиками вируса.
5. Выходя из дома, соблюдайте безопасное расстояние (не менее 1,5 метров) по отношению к другим людям.