

# 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.

## ویروس را به دیگران انتقال ندهید

## Dari

Vertaling uit het Nederlands

1. سعی نمائید تا حد امکان در خانه بمانید.
2. به کس دست ندهید، کسی را نبوسید و در آغوش نگیرید.
3. توجه بیشتر به افرادی داشته باشید که در برابر این ویروس اساس هستند:
  - افرادی که دارای سن بالاتر از ۶۵ سال هستند
  - افرادی که بیماری شکر دارند یا مریضی قلبی، شش یا گرده دارند
  - افرادی که در برابر بیماری های عفونی اساس هستند
4. سعی نمائید تا اطفال با افراد بزرگ سن در تماس نشوند. اطفال از ویروس کرونا خیلی بیمار نمیشوند، ولی میتوانند خیلی به ساده گی آنها انتقال دهند.
5. سعی نمائید تا در بیرون از خانه حداقل 1,5 متر از همدیگر فاصله داشته باشید.