

Skydda dig från influensa och covid-19!

Vem

är mest i
riskzonen för
influensa och
covid-19?

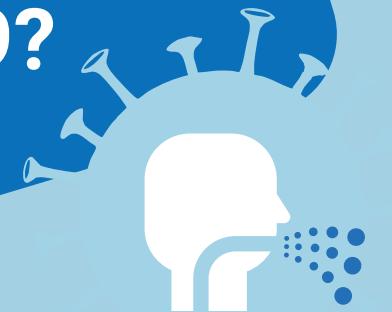
- Äldre personer
- Små barn
- Personer med kroniska sjukdomar
- Gravida kvinnor

Hur kan jag skydda
mig mot influensa
och covid-19?

Influensa och covid-19 kan
orsaka allvarliga komplikationer
men kan förebyggas med
vacciner.

Vill du veta mer?
Här presenteras några viktiga fakta.

Hur sprider sig
influensa och
covid-19?



- Båda virusen sprids lätt **från person till person** genom luften – i droppar i luften när du hostar eller andas ut.
- De sprids också via vävnader och ytor som människor kan komma i kontakt med.

Vaccinera dig

Vaccination är det
effektivaste sättet att
förebygga influensa
och covid-19



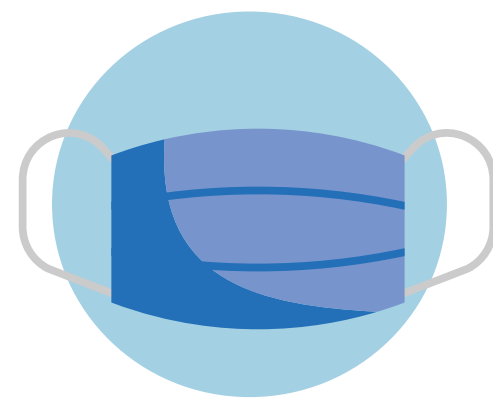
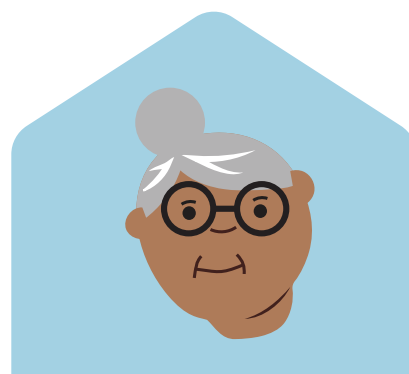
Håll för mun och
näsa när du nyser



Tvätta händerna
regelbundet

Stanna hemma
när du är sjuk

Använd munskydd
om du har symtom



Vänta inte! Prata med
din läkare för råd om
vaccination.



Vaccination kan förebygga
influensa och covid-19 och
komplikationerna av sjukdomarna.

Skanna QR-koden för att
få veta mer i Europeiska
vaccinationsinformationsportalen



vaccination-info.europa.eu/en



EUROPEISKA VACCINATIONS-
INFORMATIONSPORTALEN
Ett initiativ från Europeiska unionen