

# Инструкция в связи с COVID-19

	 <b>Карантин (Sóttkví)</b> Подозрение на заражение, контакт с инфицированными	 <b>Изоляция (Einangrun)</b> В ожидании результатов теста на вирус или подтвержденное заражение	 <b>60+ и др. группы риска</b> Лица с опр. хроническими заболеваниями, такими как: онкологические заб., диабет, гипертония, заб. сердца и легких, почечная недостаточность	 <b>Здоровые</b> Обязательно мытье рук и соблюдение двухметровой дистанции между людьми
Ходить в магазины/ аптеки	Нет	Нет	!	Да
Приходить на работу	Нет	Нет	!	!
Ездить в общ. транспорте/ путешествовать	Нет *	Нет	!	!
Гулять на свежем воздухе	Да	Нет	Да	Да
Находиться в одной квартире	!	!	Да	Да
Встречаться с друзьями и родственниками	Нет	Нет	!	!

\* Можно ездить в такси или личном автомобиле



Необходимо следовать специальным инструкциям  
**Изоляция:** <https://www.covid.is/flokkar/einangrun>  
**Карантин:** <https://www.covid.is/flokkar/sottkvi>



По возможности найти альтернативное решение (доставка на дом, работа из дома, общение с пом. телефона, компьютера и т. д.)



Следите за возможными симптомами