



Ta hand om Varandra i jul

Det lackar mot jul. Låt oss fortsätta hjälpas åt att hålla varandra friska. Det är den bästa julklappen, både till dig och dina nära och kära. Så vaccinera dig mot covid-19, influensa och stanna hemma om du är sjuk. Bokar tid gör du på 1177.se som vanligt.

Om du blir sjuk, skadar dig eller behöver råd om din hälsa, vänder du dig i första hand till din hälsocentral. För sjukvårdsrådgivning dygnet runt, besök Min vård Norrbotten, 1177.se eller ring 1177. Blir du akut sjuk eller allvarligt skadad, ring 112 eller sök upp närmaste akutmottagning.

Ta det också varligt i skidbackar och på skridskoisar, så blir vintern ännu längre och roligare. Broddar är bra grejer och reflexer gör att du syns bättre i trafiken.

Duka gärna upp norrbottniska råvaror och grönsaker på julbordet. Varannan vatten är också en god idé för en snällare jul. Det tycker tomten om.

