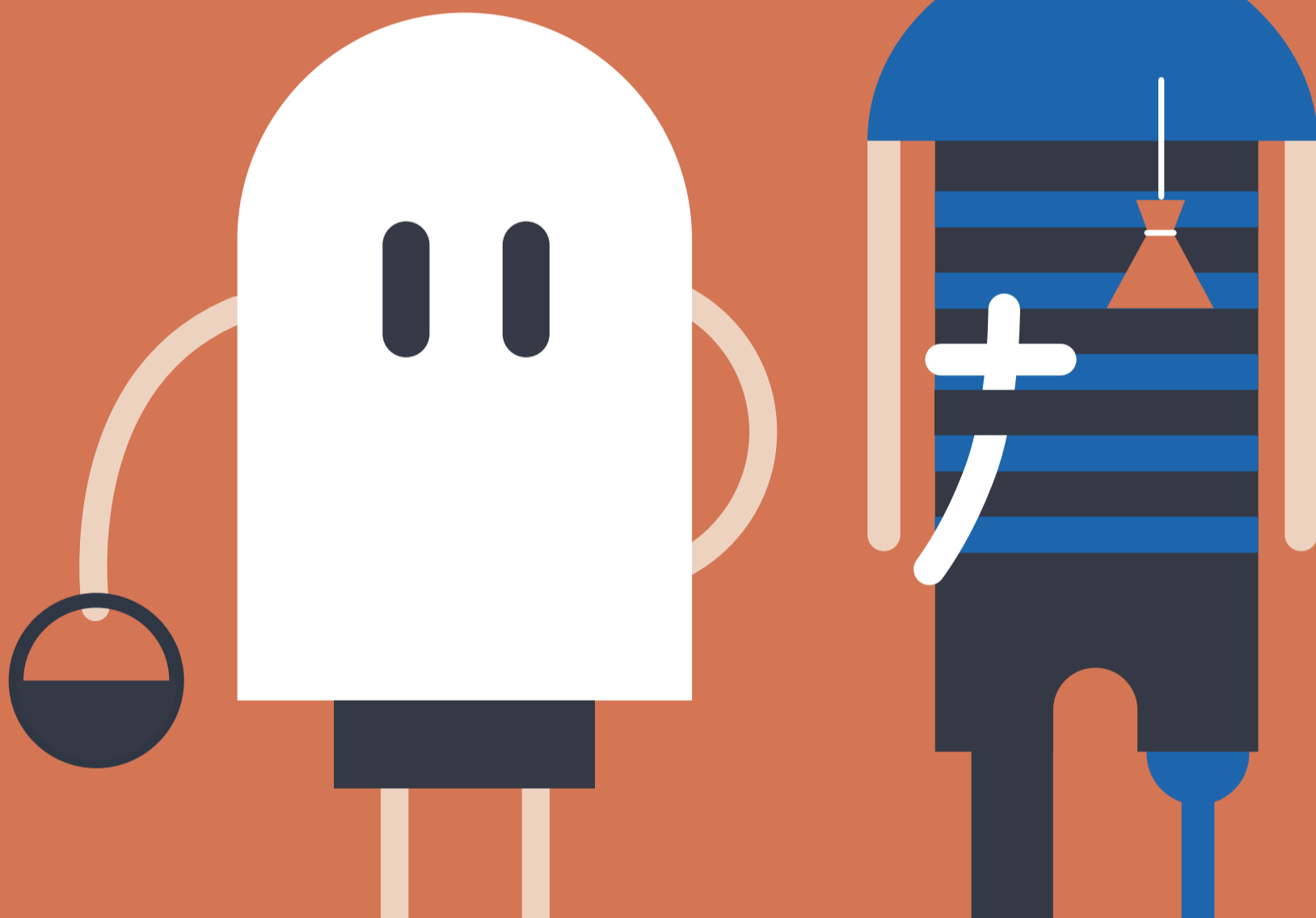


# ÖGURUVÍSI ÖSKUDAGUR

- Munum tveggja metra fjarlægð
- Þvóm okkur um hendurnar
- Forðumst óþarfa snertingu



## Hugmyndir á farsóttartímum

### Gerum okkur dagamun í nærumhverfinu

Höldum upp á daginn á heimavelli, í skólanum, frístundaheimilinu eða félagsmiðstöðinni.

### Mætum í búningum

Brjótum upp á hversdagsleikann með því að mæta öll í búningum. Ungir sem aldnir.

## Endurvekjum gamlar hefðir

Nú er tækifæri að endurvekja gamlar öskudagshefðir eins og að búa til öskudagspoka og slá köttinn úr tunnunni. Með sóttvarnir í huga að sjálfsögðu.

## Syngjum fyrir sælgæti

Ef hefð er fyrir því að ganga á milli húsa eða fyrirtækja í hverfinu væri upplagt að foreldrafélög tækju upp á sína arma að halda utan um hvar sé hægt að koma og syngja fyrir nammi. Athugið að gæta fyllstu sóttvarna og gefið aðeins sérinnpakkað sælgæti.



Embætti  
landlæknis  
Directorate of Health



Heimili og skóli  
Landssamtök foreldra