

Coronavirus si cumparaturile - cum sa te protejezi



By kimbino



Toate lumea are nevoie să cumpere mâncare și obiecte. Dar cum să faci cumpărăturile dacă virusul coronavirus s-a răspândit în orașul tău și magazinul este unul dintre punctele sociale de evitat?

Avem câteva sfaturi utile pentru tine.

-  Spală-te pe mâini regulat, cu precizie, săpun și apă (ideal pentru cel puțin un minut). Dacă săpunul nu este disponibil, poți folosi un produs pe bază alcool – ideal cel puțin 60 %.
-  Dacă este posibil, ia tot timpul acest produs pe baza de alcool cu tine. Poți să îl folosești oricând ai nevoie.
-  Pentru cumpărături puține, folosește punga ta în loc de coșul de cumpărături.
-  În caz că ai nevoie de un coș de cumpărături și nu este dezinfectat de vânzător, poți să îl împingi din locuri în care este mai puțin atins, sau să acoperi mânerul căruciorului.
-  Dacă mergi la cumpărături cu cineva, unul poate să țină produsele, iar celălalt poate să țină căruciorul de cumpărături.
-  Evită să îți atingi fața.
-  Dacă e posibil, plătește cu cardul. De exemplu, poți să folosești un servetel peste deget pentru a introduce PIN-u, iar mai apoi să îl arungi.
-  Spală-te pe mâini cum ajungi acasă - vezi punctul 1 pentru detalii.
-  Este o idee bună să dezinfectezi obiectele pe care le atingi des, precum mâner, chei sau telefonul tău.
-  Cumpără cantități rezonabile - gândește-te și la ceilalți și nu cumpăra prea mult. Bunurile sunt în stoc peste tot.
-  Dacă ai nevoie să strănuți sau să tușești, folosește un șervețel sau strănută în cot. Evită să strănuți direct în mâini ca să previi atingerea.