

Ako sa chrániť pred coronavírusom pri nakupovaní?

Nakupovať potrebuje každý. Ako však nakupovať v prípade, že sa vo vašom okolí rozšíril coronavírus a obchod je jedno z miest sociálneho kontaktu, ktorému sa nedá vyhnúť?



By  kimbino

Máme pre vás niekoľko užitočných rád.

1



Pravidelne a precízne si umývajte ruky mydlom a vodou (ideálne aspoň pol minúty). Ak mydlo nie je dostupné, použite prípravok na báze alkoholu - ideálne s obsahom aspoň 60%.

Ak je to možné, alkoholový prípravok noste so sebou. Môžete ho tak v prípade potreby použiť kedykoľvek.



2

3



V prípade malého nákupu použite vlastnú tašku namiesto nákupného košíka.

V prípade, že potrebujete nákupný košík a nie je dezinfikovaný predajcom, môžete sa ho pokúsiť tlačiť na mieste, ktoré je menej exponované dotykmi, prípadne rúčku košíka niečím prekryť.



4

5



V prípade, že nakupujete aspoň dvaja, jeden z vás môže tovar vyberať a druhý tlačiť nákupný košík.

Tovar v obchode zbytočne neohmatkávajte, vopred si premyslite, čo chcete nakupovať. Ovocie a zeleninu pred konzumáciou poriadne umyte.



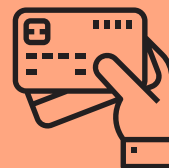
6

7



Vyhýbajte sa akýmkoľvek dotykom tváre a noste rúška.

Ak je to možné, platte kartou. PIN môžete natukáť napríklad aj cez vreckovku navlečenú na prste, ktorú následne vyhodíte.



8

9



Po návrate domov si ihneď umyte ruky - informácie sú v bode 1.

Vhodné je pravidelne dezinfikovať predmety, ktorých sa často dotýkate, ako kľučky, kľúče a váš smartphone a noste rukavice.



10

11



Nakupujte rozumné množstvá tovaru - buďte ohľaduplní k ostatným a nepreháňajte to so zásobami. Tovar je na skladoch všade dost'.

Ak máte potrebu kýchnuť si, alebo kašľať, použite vreckovku, alebo kašlite/kýchnite do vnútornej strany lakťa. Vyhnite sa kýchnutiu priamo do rúk, aby ste zabránili prenosu cez dotyk.



12