

Ako sa chrániť pred coronavírusom pri nakupovaní?



By 

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?



Máme pre vás niekoľko užitočných rád.



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%.

1



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.



4

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.



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

5



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.



8

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



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

9



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

10

11

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



12

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

