

Ghid Cumpărături COVID-19

Ce sa fac inainte de a merge la comparatui?

Respectați măsurile generale de protecție:

- ✓Spălați des mâinile
- ✓Dezinfectați suprafețele din preajmă
- ✓Dacă strănutați sau tușiți, acoperiți-vă nasul și gura
- ✓Nu vă atingeți fața cu mâinile murdare
- ✓Evitați persoanele bolnave
- ✓Masca de protecție: doar dacă sunteți bolnav sau în apropierea celor bolnavi
- ✓Animalele de companie nu sunt un pericol
- ✓Luați medicamente doar la recomandarea medicului.

Pregătiți o listă a lucrurilor de cumpărat, pentru a evita petrecerea unui timp îndelungat în supermarket.

- Evitați orele de vârf (dimineață/seară) și mijloacele de transport în comun aglomerate.
- Asigurați-vă că aveți la dumneavoastră: pachet de șervețele de unică folosință, gel dezinfectant (alternativ, mănuși).
- Pregătiți, lângă ușa de la intrare, dezinfectant și șervețele de unică folosință pentru când veți reveni de la cumpărături.

Cum mă protejez în timpul cumpărăturilor?

- Nu atingeți cărucioarele direct cu mâna, dacă în prealabil nu ați dezinfectat suprafața și mâna sau dacă nu purtați mănuși.
- Păstrați o distanță de cel puțin 1 metru între dumneavoastră și persoanele din apropiere. Ideal, 2 metri.
- Nu vă îmbulziți și evitați mulțimile de oameni adunate pe același raion; așteptați eliberarea acestuia.
- Când ajungeți **la casele de marcat, păstrați cel puțin 1 metru distanță** (estimat un cărucior) între dumneavoastră și persoanele din fața și din spatele dumneavoastră.
- Evitați plata cu bancnote și optați pentru plata prin card bancar sau telefon; dacă, totuși, sunteți nevoiți să achitați cash și primiți rest bancnote, asigurați-vă că va dezinfectați pe mâini imediat după ce ați efectuat plata.
- Evitați apropierea telefonului mobil de față/ureche.

Ce fac când mă întorc de la cumpărături?

- Folosiți dezinfectantul (sau alcoolul sanitar / spirt) și șervețelele pregătite înainte de plecare pentru a vă dezinfecta **mâinile, mânerul ușii, telefonul mobil, cheile** imediat după închiderea ușii.
- NU duceți cumpărăturile/plasele în bucătărie/la locul lor (le puteți lăsa la intrare)
- Înainte de așezarea produselor la locul lor în casă, dezinfectați suprafața acestora cu un șervețel și dezinfectant (sau alcool sanitar/spirt). **Pe legume și fructe NU se pulverizează cu substanțe** – spălați-le foarte bine.
- Cu un șervețel îmbibat în dezinfectant (sau alcool sanitar / spirt), curățați, după caz, exteriorul genții/rucsacului purtat(e) la cumpărături, exteriorul portofelului folosit sau/și cardurile bancare.