

## Jak bezpiecznie robić zakupy

Kilka najważniejszych zaleceń, które służą bezpieczeństwu podczas robienia zakupów.

- Przed wyjściem do sklepu zrób listę potrzebnych rzeczy, by spędzić w nim jak najmniej czasu i niepotrzebnie nie przechadzać się między półkami.
- Do sklepu idź pieszo lub jedź własnym samochodem. Zrezygnuj z wyjścia po zakupy zbędne, dodatkowe, takich których na chwilę obecną nie potrzebujesz.
- Unikaj dotykania czegokolwiek bez potrzeby. W miejscach publicznych nie dotykaj barierek, poręczy, półek sklepowych, urządzeń i blatów. Jeśli ich dotykasz po wyjściu ze sklepu użyj płynu dezynfekcyjnego, znajdującego się w sklepie.
- Weź ze sobą swój koszyk lub torbę na zakupy. Nie korzystaj z wózków i koszyków sklepowych.
- Unikaj stania w kolejce do kasy. Poczekaj na swoją kolej zachowując dystans od innych osób min. 2 metry.
- Płać kartą bankomatową.
- Pamiętaj, że ekrany kas samoobsługowych, klawiatury do wpisywania kodu PIN są najbardziej brudne. Jeśli wstukujesz PIN kod bezwzględnie po tej czynności użyj płynu dezynfekcyjnego, który znajduje się w sklepie.
- Używaj rękawiczek jednorazowych udając się do sklepu. Przy wyjściu ze sklepu bezwzględnie je ściągnij i wyrzuć do zamkniętego kosza. Po tej czynności użyj płynu dezynfekcyjnego, znajdującego się w sklepie.
- Po powrocie do domu umyj warzywa i owoce, zdejmij folię i opakowania z jedzenia i je wyrzuć do kosza. Po tej czynności umyj ponownie ręce mydłem lub użyj płynu dezynfekcyjnego.
- Pamiętaj: gotowanie i pieczenie w temp. min. 60 st. C przez 30 min. zabija wirusy na mięsie i innych produktach surowych.
- Staraj się tak zaplanować zakupy, by wychodzić do sklepu jak najrzadziej, najlepiej raz w tygodniu. Pozostanie w domu to najskuteczniejszy sposób na powstrzymanie rozszerzania się koronawirusa.