

# Jak se při nakupování chránit před koronavirem?

Potraviny a jiné zboží potřebuje nakupovat každý. Jak ale nakupovat v případě, že se koronavirus rozšířil ve vašem městě a právě obchod je jedním z míst, kde je riziko nákazy největší?



By  kimbino

## Máme pro vás několik užitečných tipů.

1



Pravidelně a důkladně si myjte ruce vodou a mýdlem (alespoň půl minuty). V případě, že nemáte mýdlo k dispozici, použijte nějaký dezinfekční prostředek s alkoholem - ideálně alespoň s koncentrací 60 %.

Je-li to možné, berte si dezinfekční prostředek všude s sebou. Můžete ho použít, kdykoliv bude třeba.



2

3



Pro menší nákupy používejte místo nákupního košíku vlastní tašku.

V případě, že nákupní košík potřebujete a není obchodníkem dezinfikován, dotýkejte se ho v místech, na která lidé tolik nesahají. Případně můžete držadlo něčím překrýt.



4

5



Pokud nakupujete s někým, jeden z vás může vybírat zboží a druhý tlačit košík.

Zbytečně se zboží v obchodě nedotýkejte. Předem přemýšlejte nad tím, co chcete koupit. Ovoce a zeleninu před konzumací pečlivě umyjte.



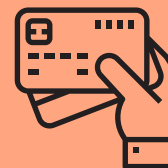
6

7



Nedotýkejte se vlastní tváře a noste roušky.

Pokud je to možné, platte kartou. Číselník pro zadání PINu můžete například zakrýt kapesníkem a následně jej vyhodit.



8

9



Po návratu domů si okamžitě umyjte ruce - viz bod 1.

Věci, kterých se často dotýkáte (madla, klíče, telefon) je také dobré dezinfikovat a noste rukavice.



10

11



Myslete i na ostatní a nakupujte v rozumném množství. Zboží je skladem všude.

Pokud si potřebujete odkašlat nebo kýchnout, použijte ubrousek a kýchejte do loktu. Při kýchání se snažte vyhnout kontaktu s vašimi dlaněmi.



12