








HACER LA COMPRA EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS





Puedes salir de casa para hacer compras de primera necesidad tomando unas series de precauciones:

ANTES DE SALIR

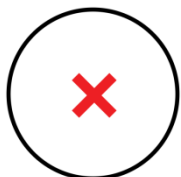




				
<p>No vayas si tienes algún síntoma.</p>	<p>Es mejor hacer una compra grande cada 15 días que ir varias veces.</p>	<p>Piensa en comida duradera que puedas congelar. Organiza el espacio antes de ir.</p>	<p>Siempre que se pueda, los más vulnerables deben quedarse en casa, y sólo debe salir una persona.</p>	<p>Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla.</p>

Pictogramas-Procedencia: Arasaac (<http://Catedu.es/arasaac/>) Sergio Palao, Licencia: CC(BY-NC-SA).

AL LLEGAR AL SUPERMERCADO

		
<p>Mantén una distancia mínima de 1-2 metros y evita las aglomeraciones.</p>	<p>El manillar del carro o el asa del cesto pueden estar contaminados. Pasa una toallita húmeda desinfectante o un kleenex con un poco de lejía.</p>	<p>Utiliza guantes de usar y tirar para elegir frutas y verduras.</p>

DURANTE LA COMPRA

				
<p>Camina por el centro del pasillo, mantén las distancias con clientes y productos.</p>	<p>Evita toquetear los productos. Escoge antes de coger.</p>	<p>Si toses o estornudas, hazlo en el brazo.</p>	<p>No utilices el móvil ni con guantes, pues pueden estar contaminados.</p>	<p>Paga con tarjeta mejor que con dinero.</p>

Pictogramas-Procedencia: Arasaac (<http://Catedu.es/arasaac/>) Sergio Palao, Licencia: CC(BY-NC-SA).

EN CASA

				
<p>Deja los zapatos en el descansillo.</p>	<p>Retira los envoltorios posibles antes de guardar en el frigorífico.</p>	<p>Limpia los envases no porosos con agua y un poquito de lejía.</p>	<p>Lava al chorro frutas y verduras.</p>	<p>No sacudas la ropa y cuando la laves, hazlo con agua caliente si es posible.</p>

Y RECUERDA SIEMPRE: LÁVATE MUY BIEN LAS MANOS



Pictogramas-Procedencia: Arasaac (<http://Catedu.es/arasaac/>) Sergio Palao, Licencia: CC(BY-NC-SA).