

Coronavirus et shopping - comment rester en sécurité?



By 



Faire ses courses est une nécessité. Mais comment faire ses emplettes alors que le coronavirus se propage dans votre région et que les commerces sont des zones dans lesquelles les interactions sociales sont inévitables ?

Ces quelques conseils peuvent vous être utiles :

-  Lavez-vous les mains régulièrement et consciencieusement avec du savon et de l'eau (idéalement au moins une minute et demie). Si vous ne disposez pas de savon, utilisez un produit à base d'alcool - idéalement 60 % minimum.
-  Si c'est possible, emmenez avec vous une petite bouteille de solution hydroalcoolique. Vous pourrez ainsi l'utiliser quand vous en aurez besoin.
-  Pour les petits achats, utilisez votre propre sac au lieu du panier mis à votre disposition par le magasin.
-  Si vous avez besoin d'un des paniers ou caddies proposés par l'enseigne et qu'ils ne sont pas désinfectés après chaque utilisation, essayez d'en choisir difficilement accessible et moins exposé aux utilisations incessantes. Vous pouvez également essayer de vous couvrir la main afin qu'elle ne soit pas en contact direct.
-  Si vous faites vos courses avec une autre personne, l'un de vous peut choisir les marchandises et l'autre peut pousser le caddie.
-  Évitez de vous toucher le visage.
-  Payez par carte dans la mesure du possible. Vous pouvez utiliser un mouchoir jetable sur votre doigt si vous devez manipuler le terminal de paiement.
-  Lavez-vous les mains immédiatement après votre retour à la maison - voir la section 1 pour plus de détails.
-  N'hésitez pas à désinfecter les objets que vous touchez souvent comme les poignées de portes ou les touches de votre smartphone de façon régulière.
-  Achetez des quantités raisonnables de marchandises - soyez attentif aux autres et ne faites pas trop de stocks. Aucune pénurie n'est à prévoir, les réserves sont suffisantes.
-  Si vous avez besoin d'éternuer ou de tousser, utilisez un mouchoir jetable. Si vous n'en avez pas, préférez tousser ou éternuer dans votre coude plutôt que directement dans votre main afin de limiter les risques de transmission par le toucher.