

Agentes y participantes

La participación solo debe hacerse desde casa:

- si ha tenido contacto con una persona que dio positivo por SARS-CoV-2 en los últimos 14 días.
- si no ha estado en un "área de riesgo / área particularmente afectada" en los últimos 14 días.
- si usted está enfermo



Mantenga la distancia

Mantenga siempre una distancia mínima de 2 metros con otras personas también cuando compre en supermercados y farmacias o recoga los productos. Programe actividades por teléfono u otros medios.



Higiene de manos

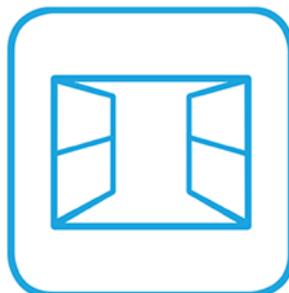
Lávese o desinféctese las manos regularmente, (al menos 20 seg), especialmente:

- al entrar y salir de edificios y tiendas
- después de ir al baño
- después de usar instalaciones u objetos comunes
- antes de comer o preparar comida,
- de estornudar, sonarse la nariz o toser,
- después de tocar el dinero en efectivo.



Medidas para toser y estornudar

Tose y estornude utilizando su antebrazo.



Ventilación

Ventilar las habitaciones regularmente (4 veces al día durante 10 minutos).

Bildquelle: BZgA

Ejemplos de buenas prácticas para hacer la compra.

Organización para hacer la compra

- Usted puede solicitar ayuda a través del tablón de anuncios, los buzones, la carta de la parroquia, la gaceta oficial o el periódico diario.
- El grupo de beneficiarios son (por ejemplo, personas mayores de 60 años, pacientes con riesgo de desarrollar una enfermedad crítica, personas de contacto con personas infectadas, personas infectadas).
- Configure su pedido (defina disponibilidad, días de la semana / hora).
- Fije unas rutinas para la entrega de mercancías y, en su caso, dinero o transferencia
- Fije una estrecha cooperación con los supermercados y farmacias que no están tan ocupados y garantice buenos estándares de higiene.

Pago

- Mantenga una distancia segura cuando entregue el dinero, depositando el artículo (dinero, por ejemplo, en un recipiente) en un lugar adecuado y retrocediendo 2 m.
- Otras alternativas mejores para el pago serían:
 - Acordar con el comerciante una transferencia bancaria.
 - Pago por factura si es posible

Consejos de higiene para hacer las compras

- Utilice desinfectante de mano antes y después de hacer la compra.
- Lleve botellas de agua, jabón para manos y pañuelos de papel en el vehículo para que pueda lavarse las manos si es necesario.
- Pague la factura preferiblemente con una tarjeta.
- Mantenga la cadena de frío y entregue las compras refrigeradas lo más rápido posible. Use bolsas térmicas.