

غذا خوردن بیرون از خانه به شیوه‌ای ایمن در دوران اضطراری بهداشت عمومی COVID-19

COVID-19 همچنان در جوامع محلی ما در حال انتشار است و هر بار که شما با افرادی خارج از محدوده خانه خود در ارتباط باشید، خطر ابتلا به آن وجود دارد. همراه با بازگشت ما به فعالیت‌هایی مانند غذا خوردن بیرون از خانه، ضروری است که همچنان اقدامات مربوط به پیشگیری از انتقال COVID-19 را انجام دهیم.

چند دقیقه را صرف مطالعه این مطلب کنید تا بدانید چطور باید به شیوه‌ای ایمن بیرون از خانه غذا بخورید- و در نتیجه از خودتان، همراهانتان و پرسنل رستوران که به شما خدمات‌رسانی می‌کنند، محافظت کنید. از رستوران‌های شهر نیویورک حمایت کنید- اما این کار را با رعایت اصول ایمنی انجام دهید!

- اگر قصد دارید بیرون از خانه غذا بخورید، برای کاهش خطر انتشار COVID-19، این نکات را رعایت کنید:
- اگر احساس کسالت می‌کنید یا در معرض خطر بیشتری برای دچار شدن به عوارض ناشی از COVID-19 قرار دارید، در خانه بمانید. اگر وقتی بیمار هستید بیرون بروید، این خطر وجود دارد که دیگران را بیمار کنید. اگر وقتی بیمار هستید بیرون بروید، این خطر وجود دارد که دیگران را بیمار کنید.
 - زمان انتظار خود را محدود کنید. از قبل رزرو انجام دهید، پیش از مراجعه به رستوران، منوی آنلاین را ببینید یا در حالی که منتظر آماده شدن میزتان هستید، سفارش دهید. انجام این کارها باعث به حداقل رسیدن احتمال مواجهه شما با بیماری خواهد شد.
 - وقتی غذا نمی‌خورید یا چیزی نمی‌نوشید، همیشه از پوشش صورت استفاده کنید. به خاطر داشته باشید که شما حتی بدون اینکه علائمی داشته باشید، می‌توانید COVID-19 را منتقل کنید. استفاده از پوشش صورت می‌تواند از سایر افرادی که اطراف شما هستند محافظت کند. افرادی که از نظر پزشکی قادر به تحمل پوشش صورت نیستند و کودکان 2 ساله و کوچکتر، نیازی به استفاده از پوشش صورت ندارند.
 - فاصله خود را حفظ کنید! تا حد ممکن، فاصله حداقل 6 فوتی را با سایر افرادی که در رستوران حضور دارند و عضوی از گروه شما نیستند و همچنین با پرسنل رستوران حفظ کنید. وقتی در صف انتظار برای نشستن پشت میز خود یا استفاده از سرویس بهداشتی هستید، مراقب رعایت فاصله فیزیکی باشید.
 - بهداشت دست‌ها را رعایت کنید. موقع ورود به رستوران، درست پیش از غذا خوردن و پس از ترک رستوران، دست‌های خود را ضدعفونی کنید. وقتی از سرویس بهداشتی استفاده می‌کنید، دست‌های خود را حداقل به مدت 20 ثانیه با آب و صابون بشویید.

رستوران‌ها نیز در راستای کاهش ریسک برای مشتریان خود، تغییراتی اعمال خواهند کرد. این تغییرات عبارتند از:

- غربالگری کارکنان از نظر علائم COVID-19 پیش از آغاز شیفت و فرستادن آنها به خانه در صورت بیماری.
- حصول اطمینان از اینکه پرسنل برای محافظت از مشتریان و همکاران خود، از پوشش صورت استفاده می‌کنند.
- فاصله‌گذاری میان میزهای غذاخوری به صورتی که حداقل 6 فوت بین هر یک از گروه‌های نشسته پشت میز فاصله باشد.
- افزایش فاصله‌گذاری فیزیکی در فضاهای باریک و مکان‌هایی که در آنها صف تشکیل می‌شود (مانند سرویس‌های بهداشتی) از طریق نوارکشی، قرار دادن علائم یا سایر نشانه‌ها تا اطمینان حاصل شود که مردم فاصله 6 فوتی از یکدیگر را رعایت می‌کنند.
- قرار دادن مواد ضدعفونی کننده دست در محدوده‌های مخصوص مشتریان، مثلاً در نزدیکی ورودی و صندوق‌ها.
- افزایش دفعات نظافت سطوحی که زیاد لمس می‌شوند، مانند شیر آب، دستگیره در و کانترها.

برای کسب اطلاعات عمومی درباره بیماری COVID-19، از جمله چگونگی حفاظت از خود در برابر انگ‌های اجتماعی، به nyc.gov/health/coronavirus مراجعه کنید.

برای یافتن یک مرکز آزمایش در نزدیکی خود، به سایت nyc.gov/covidtest مراجعه کرده یا با شماره 311 تماس بگیرید.