

Πώς να ψωνίζετε με ασφάλεια κατά τη διάρκεια της έκτακτης ανάγκης για τη δημόσια υγεία λόγω της νόσου COVID-19

Η νόσος COVID-19 εξακολουθεί να εξαπλώνεται στις κοινότητές μας και υπάρχουν κίνδυνοι κάθε στιγμή [που συναθροίζεστε](#) με άλλους ανθρώπους έξω από το σπίτι σας. Καθώς ξεκινάμε να επιστρέφουμε σε δραστηριότητες όπως τα ψώνια, πρέπει να συνεχίσουμε να λαμβάνουμε μέτρα πρόληψης της μετάδοσης της νόσου COVID-19.

Αφιερώστε λίγα λεπτά για να αναλογιστείτε πώς θα ψωνίζετε με ασφάλεια, για να προστατέψετε εσάς, τα άλλα άτομα γύρω σας και το προσωπικό του καταστήματος που σας εξυπηρετεί. Υποστηρίξτε τα καταστήματα λιανικής της Πόλης της Νέας Υόρκης, αλλά κάντε το με ασφάλεια! Αν σχεδιάζετε να επισκεφτείτε καταστήματα λιανικής πώλησης, να έχετε κατά νου αυτές τις τέσσερις βασικές συμβουλές για να μειώσετε τον κίνδυνο εξάπλωσης της νόσου COVID-19.

- **Μείνετε στο σπίτι, αν δεν αισθάνεστε καλά ή αν ανήκετε σε ομάδα υψηλού κινδύνου για επιπλοκές από τη νόσο COVID-19.** Αν βγείτε έξω ενώ είστε άρρωστοι, υπάρχει κίνδυνος να κολλήσετε και άλλους ανθρώπους. Αν έχετε κάποια υποκείμενη ιατρική πάθηση ή είστε 65 ετών και άνω, σκεφτείτε το ενδεχόμενο να μείνετε στο σπίτι για να προστατευτείτε.
- **Φοράτε [κάλυμμα προσώπου](#) όλη την ώρα.** Να θυμάστε ότι μπορεί να μεταδώσετε τη νόσο COVID-19 ακόμα κι αν δεν έχετε συμπτώματα. Η χρήση καλύμματος προσώπου προστατεύει τα άτομα γύρω σας. **Σύμφωνα με την Πολιτεία της Νέας Υόρκης απαιτείται να φορούν καλύμματα προσώπου κατά την εισόδό τους σε καταστήματα λιανικής όλοι όσοι είναι άνω των 2 ετών και μπορούν να τα ανεχτούν.**
- **Κρατάτε αποστάσεις!** Μείνετε τουλάχιστον 6 πόδια / 2 μέτρα μακριά από τα άτομα γύρω σας και το προσωπικό του καταστήματος, όσο μπορείτε περισσότερο. Μειώστε τον χρόνο παραμονής σας εντός του καταστήματος κάνοντας online αναζήτηση για τα προϊόντα που χρειάζεστε πριν πάτε, και παραγγείλετε πράγματα για παραλαβή από το κατάστημα όταν μπορείτε.
- **Εφαρμόζετε καλή υγιεινή χεριών.** Χρησιμοποιείτε αντισηπτικό χεριών όταν εισέρχεστε στο κατάστημα, αφού αγγίξετε προϊόντα και όταν φύγετε από το κατάστημα. Ακουμπάτε μόνο τα προϊόντα που σκοπεύετε να αγοράσετε και χρησιμοποιείτε ανέπαφες μεθόδους πληρωμών, όταν αυτό είναι δυνατό.

Για να μειώσουν τον κίνδυνο για τους πελάτες τους, τα καταστήματα λιανικής θα κάνουν επίσης αλλαγές, όπως:

- Έλεγχο του προσωπικού για συμπτώματα της νόσου COVID-19 πριν από τη βάρδιά τους και επιστροφή στο σπίτι σε περίπτωση ασθένειας.
- Προώθηση της σωματικής απόστασης με χρήση δεικτών για να διατηρείται η απόσταση των 6 ποδιών / 2 μέτρων και περιορισμός του αριθμού των καταναλωτών που βρίσκονται στο κατάστημα ταυτόχρονα.

- Προώθηση της καλής υγιεινής των χεριών, τοποθετώντας αντισηπτικά χεριών σε διάφορα σημεία του καταστήματος, σε χώρους που κινούνται οι πελάτες, συμπεριλαμβανομένων των δοκιμαστηρίων.
- Διασφάλιση ότι και το προσωπικό και οι καταναλωτές φορούν καλύμματα προσώπου.
- Αύξηση καθαρισμού των επιφανειών που αγγίζονται συχνά, όπως οι συσκευές πληρωμών, οι περιοχές παραλαβής, οι τουαλέτες και οι κοινόχρηστοι χώροι.

Για γενικές πληροφορίες σχετικά με τη νόσο COVID-19 όπως, μεταξύ άλλων, την προστασία από τον στιγματισμό, επισκεφτείτε τη διεύθυνση nyc.gov/health/coronavirus.

Για να βρείτε κάποιο κέντρο εξέτασης, επισκεφτείτε τη διεύθυνση nyc.gov/covidtest ή καλέστε το **311**.

Το Τμήμα Υγείας της Πόλης της ΝΥ ενδέχεται να αλλάξει τις συστάσεις, καθώς εξελίσσεται η κατάσταση. 6.28.20