

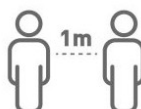
RECOMENDACIÓNS PARA FACER COMPRAS DE PRIMEIRA NECESIDADE

1. **Facer unha lista das cousas que necesitamos antes da saída**, para non andar paseando innecesariamente polo supermercado e reducir o tempo que permanecemos dentro.

2. **Ir unha persoa soa, que non presente síntomas e maior de idade.**



3. **Manter a distancia mínima de 1-2 metros** cos outros compradores e traballadores.
Evitar horas punta.



4. **Atender** todas as **indicacións do persoal** do supermercado.

5. **Pagar** preferentemente **con tarxeta bancaria.**



6. Facer **compra para varios días** e non compra diaria, para diminuír as saídas.

7. É recomendable **levar as nosas propias bolsas** reutilizables e **evitar cestos e carros.**



8. **Usar** preferentemente as **luvas que encontramos na entrada** do supermercado para facer a compra ou, se usamos **as nosas propias, poñelas xusto antes da entrada** ao establecemento.



No caso de non haber luvas e si **antiséptico** para as mans, **usalo antes de entrar e novamente ao saír.**



9. **Evitar tocar produtos** que non vaíamos comprar.



10. Xa na casa, **sacar o alimento que non as precise das súas embalaxes e tiralas.** O que non se poida desembalar, e sempre que o envase o permita, **lavar o exterior dos produtos** comprados con auga e xabón ou limpalos cunha solución desinfectante.

11. **Lavar a froita.**

12. As **bolsas** que levemos para facer a compra, **limpalas con algunha solución desinfectante*** e deixalas secar.

*** Como solución desinfectante vale auga con lixivia diluída ao 5% (por cada 100 cc de líquido, 95 cc serán de auga e 5 cc de lixivia),**