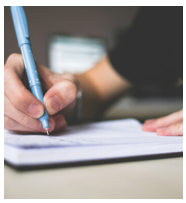
Consigli per Fare la spesa di

A.I.T.O. ASSOCIAZIONE ITALIANA DEI TERAPISTI OCCUPAZIONALI



LISTA SPESA

- Guarda le offerte da casa
- Scegli quanto utile per diversi giorni, per diradare le uscite
- Chiedi a familiari e vicini se hanno delle necessità
- Metti in ordine le voci in base al genere o agli scaffali

PRIMA DI USCIRE DI CASA

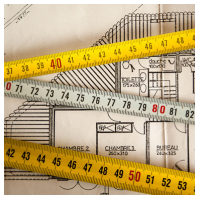
- Assicurati di portare con te fazzoletti/salviettine usa e getta per coprire le dita quando tocchi le superfici
- Prepara l'autocertificazione
- Indossa una giacca con maniche lunghe
- Lava le mani

SUPERMERCATO

- Preferisci quello più vicino a casa e quello che conosci meglio, per trovare più velocemente ciò che cerchi
- Indossa la mascherina assicurandoti che non vi sia spazio tra questa e il viso

CARRELLO

- Igienizza con le salviettine usa/getta
- Ricorda che se i guanti toccano qualcosa contaminata, contamineranno la prossima cosa che toccheranno. Andranno poi tolti con cura. Non gettarli nell'ambiente
- Tocca meno superfici possibile



SII RISPETTOSO

- Rispetta la distanza minima
- Mantieni la calma in fila
- Comunica con gentilezza
- Non dilungarti
- Igienizza le mani per usare i contanti e preferisci il pagamento con la carta

A CASA

- Togli le scarpe, lava le mani, cambia i vestiti
- Disinfetta i contenitori di vetro, plastica, le lattine, etc
- Pulisci le superfici nelle quali hai poggiato i sacchetti
- Igienizza telefono e occhiali
- Lava le mani