



## نصائح حول التسوق لشراء مستلزمات البقالة في أثناء تفشي كوفيد-19

<p>تحقق من ساعات العمل الخاصة.</p>  <p>يحدد العديد من المتاجر ساعات عمل مخصصة لاستقبال الأشخاص البالغ عمرهم أكثر من 60 عامًا، والنساء الحوامل، والأشخاص الذين يعانون من مشكلات صحية، للتسوق وشراء احتياجاتهم.</p>	<p>اغسل يديك.</p>  <p>فكر في طلب مستلزمات البقالة عبر الإنترنت لشراء المستلزمات من أجلك أو توصيلها إليك.</p> 	<p>لا تخرج إلا للضرورة.</p> <p>توخّ المزيد من الحذر إذا كنت أنت أو أحد أحببتك أكثر عرضة للإصابة بفيروس كوفيد-19.</p>  <p>لا تذهب إلى المتجر إذا كنت مريضًا.</p>	 <p>قبل الخروج</p>
<p>اترك مسافة بينك وبين الآخرين.</p> <p>اترك مسافة 6 خطوات بينك وبين الآخرين، حتى في طابور دفع ثمن المشتريات.</p> 	<p>استخدم مُطهر اليدين.</p> <p>يمكنك تنظيف مفايض عربة التسوق أو سلة التسوق باستخدام مُطهر اليدين أو منديل مُعقم.</p> 	<p>احرص على تغطية وجهك بقطعة من القماش.</p> <p>قطعة القماش المغطية للوجه عبارة عن كمامة مخططة أو قطعة قماش تغطي الفم والأنف.</p> 	 <p>داخل المتجر</p>
<p>اترك بعض البضائع للآخرين.</p> <p>لا تشتري إلا ما تحتاجه فحسب حتى يتبقى ما يكفي للجميع.</p>	<p>تجنب ملامسة وجهك.</p> 	<p>احرص على تغطية فمك وأنفك عند السعال والعطس.</p> 	
<p>لمزيد من المعلومات</p> <p>Visit <a href="http://doh.wa.gov/coronavirus">doh.wa.gov/coronavirus</a> or <a href="http://coronavirus.wa.gov">coronavirus.wa.gov</a></p> <p>اتصل على الرقم 1-800-525-0127 واضغط على # لخدمات الترجمة.</p> <p>أرسل رسالة نصية فيها كلمة Coronavirus إلى 211211.</p>	<p>اتبع ممارسات السلامة الغذائية.</p> <p>تجنب تعقيم مستلزمات البقالة بالمطهرات. اغسل الفاكهة والخضراوات بالطريقة المعتادة.</p> 	<p>اغسل يديك.</p> 	 <p>عند الوصول إلى المنزل</p>