



COVID-19 किराने की खरीदारी संबंधी सुझाव

 जाने से पहले	<p>केवल आवश्यक होने पर ही जाएं।</p> <p>यदि आप या आपके किसी प्रियजन को COVID-19 से बीमार होने की अधिक संभावना है, तो अतिरिक्त सावधानी बरतें।</p> <p>यदि आप बीमार हैं, तो स्टोर पर न जाएं।</p>	<p>अपने हाथ धोएं।</p> <p>पिक अप या डिलिवरी के लिए किराने का सामान ऑनलाइन ऑर्डर करने के बारे में विचार करें।</p>	<p>विशेष घंटों का ध्यान रखें।</p> <p>कई स्टोर में 60 से अधिक वर्ष के लोगों, गर्भवती महिलाओं और शारीरिक समस्याओं वाले लोगों के लिए खरीदारी के लिए खास घंटे होते हैं।</p>
 स्टोर में	<p>कपड़े वाले कवर से मुंह को ढकें।</p> <p>कपड़े वाला कवर एक सिला हुआ मास्क होता है जो आपके मुंह और नाक को ढकता है।</p>	<p>हैंड सेनिटाइज़र का उपयोग करें।</p> <p>आप किराने की गाड़ी या टोकरी के हैंडल को हैंड सेनिटाइज़र या एंटीसेप्टिक वाइप से साफ कर सकते हैं।</p>	<p>दूरी बना कर रखें।</p> <p>अपने और दूसरों के बीच 6 फीट की दूरी रखें, चेकआउट लाइन में भी।</p>
 घर पहुँचने पर	<p>खाँसी और छींक आने पर अपना मुंह ढकें।</p>	<p>अपने चेहरे को हाथ न लगाएँ।</p>	<p>कुछ सामान अपने पड़ोसियों के लिए भी छोड़ दें।</p> <p>केवल वही खरीदें जिसकी आपको जरूरत हो ताकि सभी के लिए पर्याप्त सामान हो।</p>
 घर पहुँचने पर	<p>अपने हाथ धोएं।</p>	<p>भोजन सुरक्षा का अभ्यास करें।</p> <p>अपने किराने के सामान को किटाणुनाशकों से न धोएं। अपने फलों और सब्जियों को सामान्य ढंग से धोएं।</p>	<p>अधिक जानकारी के लिए</p> <p>doh.wa.gov/coronavirus या coronavirus.wa.gov पर जाएं।</p> <p>दुभाषिया सेवाओं के लिए, 1-800-525-0127 पर कॉल करें और # दबाएँ।</p> <p>211211 पर Coronavirus लिख कर भेजें।</p>