

## PRÉCAUTIONS À PRENDRE APRÈS AVOIR EFFECTUÉ LES COURSES

### PRÉVENTION COVID-19

#### POSER SES COURSES PAR TERRE ET ATTENDRE QUELQUES HEURES



En rentrant des courses, posez vos sacs par terre et non sur la table de la salle à manger ou sur le plan de travail de la cuisine. Cela vous permettra d'éviter de contaminer les surfaces.

Avant de procéder au rangement, il est recommandé de ne pas toucher aux courses durant 3 heures, sauf pour les produits frais et surgelés.

Éviter de ranger les surgelés dans le sac contenant les autres aliments.

#### SE LAVER LES MAINS



Après avoir posé les courses, pensez immédiatement à vous laver soigneusement les mains avec du savon.

Cela vous évitera, éventuellement, de contaminer toutes les choses que vous allez toucher chez vous.

#### LAVER LES FRUITS ET LÉGUMES



Qu'ils soient bio ou non, il est important de laver les fruits et légumes à l'eau (comme d'habitude d'ailleurs).

Attention, vous n'êtes pas obligé de les désinfecter ou encore d'utiliser de la javel.

Selon le fruit ou le légume, vous pouvez aussi l'éplucher avant de le consommer.

Pour rappel, la transmission du virus se fait par voie respiratoire ou par les muqueuses, et non par voie digestive. Se laver les mains après le traitement des légumes.

#### JETER LES EMBALLAGES NON NÉCESSAIRES



Avant de ranger vos produits dans le réfrigérateur ou dans les placards, enlevez et jetez certains emballages non nécessaires (yaourts, œufs, pack de lait, pack d'eau, pâtes à mettre dans des bocaux si possible).

Lavez-vous systématiquement les mains.

#### DÉSINFECTER LES POIGNÉES, LE SOL ET LES SURFACES



Poignées des placards, du réfrigérateur, du congélateur mais aussi celle de son chariot de courses... pour éviter de prendre tout risque, pensez aussi à les désinfecter.

D'une manière générale, il est important de veiller à l'hygiène de la maison et de ses mains.