

# COMMENT FAIRE SES COURSES EN TOUTE SÉCURITÉ ?

Covid-19 (Coronavirus)

Selon l'Agence Nationale de Sécurité Sanitaire (ANSES) : La cuisson neutralise le virus mais la réfrigération et la congélation ne constituent pas un traitement d'inactivation pour le Covid19.

## FAIRE SEUL SES COURSES. SE LAVER LES MAINS AVANT DE SORTIR.

### PENDANT LES COURSES



- ✓ Toujours respecter une distance de plus d'1 mètre avec autrui.
- ✓ Respecter le marquage au sol
- ✓ Se laver les mains plutôt que de porter des gants.
- ✓ Aller à l'essentiel sans perdre de temps afin de limiter le temps en magasin.
- ✓ Éviter de se toucher le visage.
- ✓ Privilégier un paiement par carte bancaire.

## POUR ÉVITER DE PROPAGER LE VIRUS DANS VOTRE MAISON, SUIVEZ CES ÉTAPES.

### AU RETOUR À DOMICILE



1. Laisser ses chaussures à l'extérieur.
2. Déposer ses courses dehors ou dans l'entrée.
3. Ranger les produits frais ou congelés.
4. Enlever au maximum les emballages.
5. Se laver les mains après avoir fini de ranger ses courses.
6. Prendre une douche et changer de vêtements.
7. Nettoyer les surfaces de contact de son véhicule et ses clefs.
8. Désinfecter les surfaces en contact avec les emballages (plan de travail, poignées de placard, frigo-congélateur).

*Passer ses fruits et légumes à l'eau avant de les consommer.*



**PRIVILÉGIER LA LIVRAISON SI JE SUIS UNE PERSONNE FRAGILE,  
LE LIVREUR DÉPOSE LES COURSES DEVANT LA PORTE.**



Ministère de la santé et de  
la prévention  
Direction de la santé

# NĀHEA I TE PARURU IA 'OE IA HAERE 'OE I TE FARE TOA

Covid-19 (Coronavirus)

Ia au i te « Agence Nationale de Sécurité Sanitaire (ANSES) » : i te taime tunura'a, e mau te vi'ivi'i o Covid 19, area te fa'ato'eto'era'a e te ha'apa'arira'a e vai noa teie tirotiro.

## A HAERE I TE FARE TOA 'OE ANA'E. HOROI NA RIMA HOU A HAERE 'ATU AI I RAPAE.

### I TE TAIME HO'OHO'ORA'A



- ✓ Tamau i te fa'atura i te āteara'a 1 metera o 'oe e o vēra.
- ✓ Fa'atura i te tapa'o o'tia i ni'a i te tahua o te fare toa
- ✓ Mea hau 'ae ia Horoi na rima i te oomo i te rimarima.
- ✓ Eiaha e ha'amarirau, ta'oti'a tō 'oe taime i roto i te fare toa.
- ✓ Eiaha roa e tape'a i te hoho'a mata.
- ✓ Hau roa 'atu, rave mai i te tareta i te taime aufaura'a.

## IA 'ORE TEIE TIROTIRO E PARARE I ROTO I TE 'UTUAFARE, TEIE TE MAU TUHA'A OHIPA.

### IA TAE I TE FARE



1. A vaiho 'atu te tia'a i rapae mai.
2. A vaiho i te paniē mā'a, tauiha'a i rapae aita ra i te uputa o te fare.
3. Fa'anaho te mau mā'a fa'ato'eto'e aita ra ha'apa'arihia.
4. Tatara te mau puohu āto'a.
5. Horoi na rima a muri mai i te fa'anahora'a i te mau ho'oho'ora'a.
6. A hopu i te pape e a tau i te ahu.
7. Tama maite i te mau vahi ātoa tei pirihia e te mau puohu ('iri hamanira'a mā'a, te maura'a o te afata mā'a, te fa'ato'eto'era'a e te afata ha'apa'ari mā'a).
8. Tama i te pereoo e te taviri pereoo.

*Tama i te mau mā'a tupu, hotu i te pape hou a 'amu 'atu ai.*



**Nō te mau ta'ata paruparu, a poro'i 'atu i te hō'ē ta'ata no te ho'oho'ora'a e a vaiho mai ta 'oe mau tauiha'a, mā'a i mua i te 'uputa o te fare.**



Fa'aterera'a Hau no  
te ea e te mitorā'a  
Piha fa'atere no te ea