

# शारीरिक दूरी बनाए रखने के लिए सुझाव

## किराने की खरीदारी

सार्वजनिक रूप से घर बाहर होने पर दूसरों से कम से कम 2 मीटर की शारीरिक दूरी का अनुपालन करने से आपके लिए खतरा कम हो सकता है, क्योंकि दूसरों के साथ न्यूनतम संपर्क होगा।

- ऑनलाइन ऑर्डर करें और घर पर ही किराने का सामान प्राप्त करने का प्रयास करें
- ऐसे समय पर खरीदारी करने का प्रयास करें, जब अपेक्षाकृत कम खरीदार मौजूद हों
- जिन स्थानों पर 2 मीटर की दूरी बनाए रखना कठिन हो, वहाँ चेहरे पर मास्क पहनें
- किराने की कार्ट और टोकरियों के हैंडल को पोंछें, और स्टोर में प्रवेश करने से पहले तथा स्टोर छोड़कर जाने के बाद अपने हाथों को धोएँ या सेनिटाइज़ करें
- यदि उपलब्ध हो, तो सेल्फ-चेकआउट का उपयोग करें
- अपनी और अपने प्रियजनों की सुरक्षा में सहायता के लिए ABTraceTogether डाउनलोड करके इसका प्रयोग करें

सूचित रहें