



انجمن علمی آموزش بهداشت  
و ارتقای سلامت ایران

# نکات آموزشی پیشگیری از بیماری کرونا ویروس

## در مراجعه به نانواپی ها (دستورالعمل شماره ۱۹)

### نکاتی که در هنگام خرید نان باید رعایت گردد.

مردم ایران معمولاً ترجیح می دهند که روزانه نان تازه خریداری نمایند و غالباً در بسیاری از نانواپی ها (لواش، تافتون، سنگگ، و بربری) برای دقایق طولانی می بایست در صف خرید نان بود. رعایت نکات زیر می تواند تا حد زیادی از سرایت بیماری COVID-19 جلوگیری نماید.

۱. سعی کنید تا حد امکان تعداد مراجعه خود به نانواپی را کاهش دهید.
۲. در صورت نیاز، حتماً با خودتان حداقل یک جفت دستکش یکبار مصرف به همراه ببرید و بپوشید.
۳. در هنگام حضور در نانواپی و در نوبت ایستادن از ماسک استفاده کنید.
۴. در نوبت نان، حتماً فاصله حداقل یک و نیم متری را از دیگران رعایت کنید.
۵. در نوبت نان با مشتریان دیگر به صورت روبرو قرار نگیرید و ترجیحاً با کسی صحبت نکنید.
۶. از دست زدن به کلیه سطوح و وسایل و دستگیره درب در نانواپی خوداری به عمل آورید.
۷. محترمانه از افراد در نوبت درخواست نمایید فاصله یک و نیم متری از یکدیگر را رعایت نمایند.
۸. مواظب باشید به غیر از خودتان فرد دیگری به نان ها دست نزنند.
۹. اطمینان داشته باشید هنگام برداشتن نان ها دستان شما با هیچ جایی تماس نداشته است.
۱۰. حتماً با خود برای خرید نان سفره یا کیسه نایلونی تمیز به همراه داشته باشید.
۱۱. اسکناس و سکه از عوامل سرایت بیماری می تواند باشد.
۱۲. سعی کنید فقط پول به اندازه خرید نان به نانواپی بدهید و از رد و بدل شدن پول خرد امتناع کنید.
۱۳. پول نان را می توانید قبلاً در دستمال کاغذی و یا کیسه فریز بگذارید و سپس دستان خود را با آب و صابون بشویید.



انجمن علمی آموزش بهداشت  
و ارتقای سلامت ایران

## نکات آموزشی پیشگیری از بیماری کرونا ویروس

در مراجعه به نانوایی ها (دستورالعمل شماره ۱۹)

۱۴. قبل از دست زدن به نان ها مجددا دست های خود را با محلول های ضدعفونی حاوی الکل ۷۰ درصد ضد عفونی نمایید.

۱۵. مراقب باشید تا در مجاورت افراد دارای سرفه و تنگی نفس و تب قرار نگیرید.

۱۶. ترجیحا خرید نان را در ساعات خلوت نانوایی ها انجام دهید.

۱۷. از دست زدن به کلیه سطوح و وسایل و دستگیره درب در نانوایی خوداری به عمل آورید.



انجمن علمی آموزش بهداشت  
و ارتقای سلامت ایران