

# Farmers Market Shopping Safety Tips During COVID-19



LEARN HOW TO PROTECT YOURSELF AND OTHERS WHEN SHOPPING AT YOUR LOCAL FARMERS MARKET!

## Limit Contact

Go change-free by giving exact change or using a card. Try to shop with your eyes and avoid touching items when you can.



## Plan Ahead

Make a list ahead of time to stay focused on getting what you need. Take advantage of delivery services and online ordering when available.



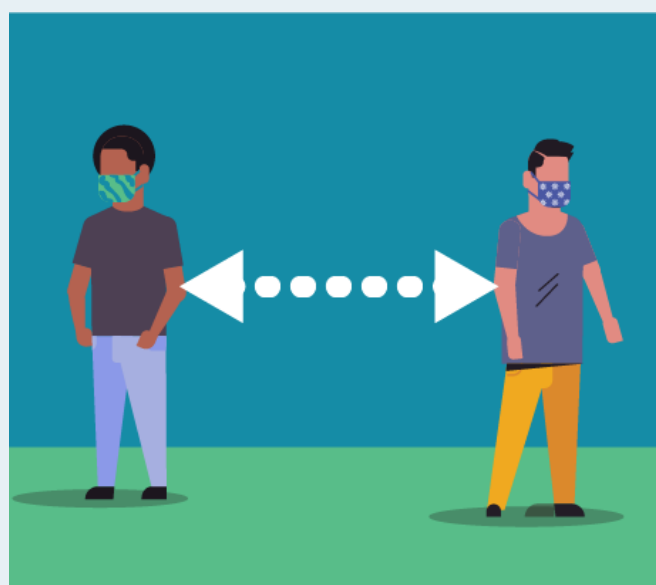
## Wash Purchased Items Thoroughly

Wash fresh fruits and vegetables with running water to reduce the risk of food-borne illness and other pathogens.



## Practice Social Distancing.

Maintain a distance of at least 6 feet between yourself and others.



## Wash or Sanitize your Hands

Practice good hand hygiene by washing your hands with soap and water or using an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol.



## Wear a Mask or Cloth Face Covering

Wear your cloth face covering to protect others. Just remember that others cloth face covering will help to protect you!



## Stay Home if you are Sick

If you are feeling sick or experiencing symptoms like a fever, cough, sore throat, or headache please stay home. Have a healthy family member or friend go to the Farmers Market to shop and drop off purchased food items to you instead.



# Consejos de Seguridad de Compras en el Mercado de Agricultores Durante COVID-19



¡APRENDA CÓMO PROTEGERSE Y PROTEGER A LOS DEMÁS CUANDO COMPRE EN SU MERCADO LOCAL DE FARMERS!

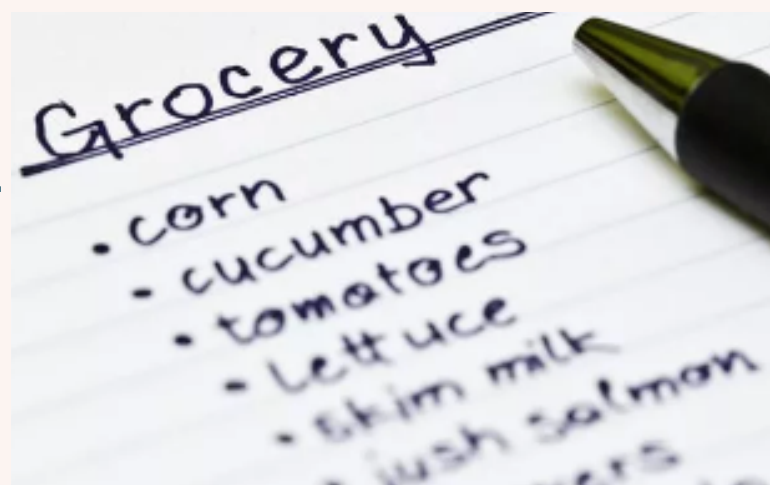
## Limitar Contacto

Vaya sin cambios dando el cambio exacto o usando una tarjeta. Intente comprar con los ojos y evite tocar artículos cuando pueda.



## Planifica Con Anticipación

Haga una lista con anticipación para concentrarse en obtener lo que necesita. Aproveche los servicios de entrega y los pedidos en línea cuando estén disponibles.



## Lave Los Artículos Comprados a Fondo

Lave las frutas y verduras frescas con agua corriente para reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por los alimentos y otros patógenos.



## Lave o Desinfecte Sus Manos

Practique una buena higiene de manos lavándose las manos con agua y jabón o usando un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.



## Use Una Máscara o Tela Que Cubra La Cara

Use su cubierta de tela para proteger a los demás. ¡Solo recuerde que otros revestimientos faciales de tela ayudarán a protegerlo!



## Practica el Distanciamiento Social

Mantenga una distancia de al menos 6 pies entre usted y los demás.



## Quédate en Casa Si Estás Enfermo

Si se siente enfermo o experimenta síntomas como fiebre, tos, dolor de garganta o dolor de cabeza, quédese en casa. Haga que un familiar o amigo sano vaya al Mercado de Granjeros para comprar y dejarle los alimentos comprados.

