



12 ข้อควรปฏิบัติขณะพระสงฆ์ฉันอาหาร เพื่อป้องกันโควิด-19

1. หากต้องกักตน 14 วัน หรือเจ็บป่วยเป็น โรคติดต่อ ไม่ฉันในบริเวณเดียวกับพระสงฆ์รูปอื่น
2. ก่อนฉันอาหาร ล้างมือ 9 ขั้นตอนด้วยสบู่ (อย่างน้อย 20 วินาที) และน้ำสะอาด
3. นั่งฉันอาหารแยกห่างจากพระสงฆ์รูปอื่นอย่างน้อย 1 เมตร
4. ไม่พูดคุยระหว่างฉันอาหาร
5. มีบาตร ช้อนและแก้วเป็นของตนเอง ไม่ปะปนกับพระสงฆ์รูปอื่น
6. หลีกเลี่ยงการใช้มือฉันอาหาร
7. ใช้ช้อนกลางส่วนตัวหากต้องตักอาหารจากภาชนะที่ฉันร่วมกัน
8. หยิบช้อนด้วยตนเองและหยิบด้ามช้อน หากใช้ช้อนและแก้วแบบใช้ครั้งเดียวทิ้ง เปิดถุงที่ด้ามด้ามช้อนและหยิบเฉพาะที่จะใช้งาน โดยไม่จับต้องส่วนอื่น
9. หากมีการไอหรือจาม ควรใช้กระดาษชำระส่วนตัว ปิดปากและจมูก ทิ้งในถังขยะแยกปิดมิดชิด หากไอจามใส่มือ ล้างมือด้วยสบู่และน้ำสะอาดหรือแอลกอฮอล์
10. ไม่ดึงหน้ากากอนามัยออกขณะไอหรือจาม ไม่หันไปบริเวณที่มีคนอยู่ใกล้เคียง
11. ไม่ใช้มือจับหน้ากากอนามัยด้านนอก
12. เมื่อฉันอาหารเสร็จ ใส่หน้ากากอนามัยปิดปากและจมูกให้มิดชิด

