

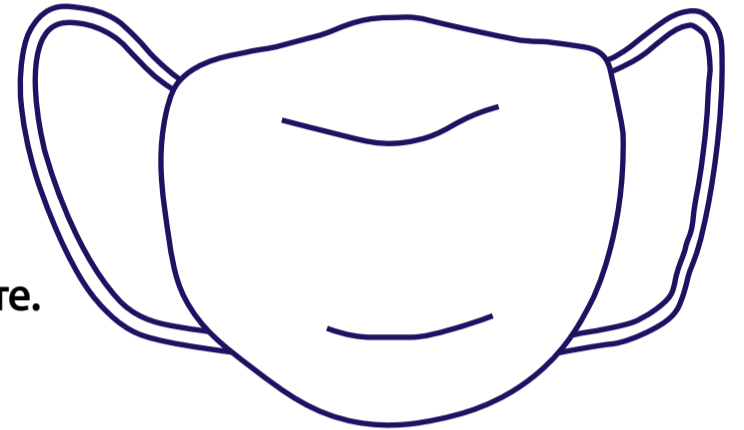


Трябва ли да нося маска?

Маските са допълнителна предпазна мярка срещу COVID-19 в райони, където има предаване на заразата в общността. Проверете насоките на щата или територията си относно препоръките и изискванията за носенето на маска. Ако се намирате в ситуация, при която физическото дистанциране е трудно, като например в обществения транспорт, може да изберете да носите маска.

За да продължите да нямате COVID:

- Мийте или дезинфекцирайте ръцете си
- Поддържайте физическо дистанциране (1,5 м)
- Поддържайте ваксинациите си срещу COVID-19 актуални
- Останете си у дома, ако не се чувствате добре, и се тествайте.



Ако изберете да носите маска:



Измивайте ръцете си, преди да поставите маската



Уверете се, че тя покрива носа и устата Ви и че приляга плътно под брадичката Ви, над горната част на носа Ви и върху страните на лицето Ви.



Не докосвайте предната част на маската, докато я носите или когато я сваляте. Ако докоснете маската, измийте или дезинфекцирайте ръцете си незабавно. Не позволявайте маската да виси около брадичката или врата Ви.



Измивайте или дезинфекцирайте ръцете си след като свалите маската.



Изпирайте платнените маски след всяка употреба или, най-малко, ежедневно.



*Маски за еднократна употреба не трябва да се използват повторно и трябва да се изхвърлят веднага след употреба.

Важно: Хората с хронични респираторни заболявания трябва да потърсят медицински съвет, преди да използват маска.

За повече информация се обадете на National Coronavirus Helpline на **1800 020 080**, изберете **опция 8** за преводачески услуги, или посетете **www.health.gov.au**