

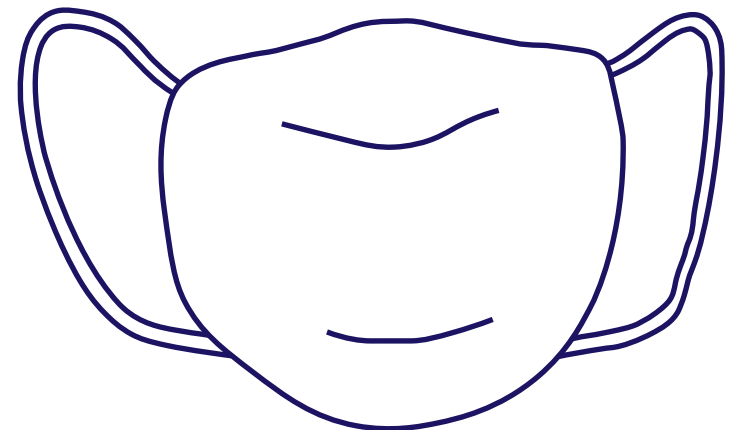


Πρέπει να Φοράω Μάσκα;

Οι μάσκες είναι μια επιπλέον προφύλαξη για προστασία από τη COVID-19 σε χώρους με πολυκοσμία. Ελέγξτε τις συμβουλές της πολιτείας και της επικράτειάς σας σχετικά με τις συστάσεις και τις απαιτήσεις για μάσκα. Εάν βρίσκεστε σε συνθήκες όπου η φυσική αποστασιοποίηση είναι δύσκολη, όπως σε μέσα μαζικής μεταφοράς, μπορείτε να επιλέξετε να φορέσετε μάσκα.

Για να μην προσβληθείτε από τη COVID:

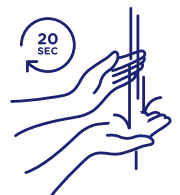
- Να πλένετε ή απολυμαίνετε τα χέρια σας
- Να κρατάτε φυσική αποστασιοποίηση (1,5μ)
- Να έχετε κατάλληλη κάλυψη των εμβολιασμών σας κατά της COVID-19
- Να μένετε στο σπίτι αν δεν είστε καλά και κάντε τεστ.



Εάν επιλέξετε να φορέσετε μάσκα:



Να πλένετε τα χέρια σας πριν φορέσετε τη μάσκα



Να βεβαιωθείτε ότι καλύπτει τη μύτη και το στόμα σας και εφαρμόζει άνετα κάτω από το πηγούνι σας, πάνω από τη γέφυρα της μύτης σας και στα πλαϊνά του προσώπου σας.



Να μην αγγίζετε το μπροστινό μέρος της μάσκας ενώ τη φοράτε ή όταν την αφαιρείτε. Εάν αγγίζετε τη μάσκα, πλύνετε ή απολυμάνετε αμέσως τα χέρια σας. Να μην αφήνετε τη μάσκα να κρέμεται γύρω από το πηγούνι ή το λαιμό σας.



Να πλένετε ή να απολυμάνετε τα χέρια σας μετά την αφαίρεση της μάσκας.



Να πλένετε τις υφασμάτινες μάσκες μετά από κάθε χρήση ή τουλάχιστον καθημερινά.



*Οι μάσκες μιας χρήσης δεν πρέπει να επαναχρησιμοποιούνται και θα πρέπει να απορρίπτονται αμέσως μετά τη χρήση.

Σημαντικό: Άτομα με χρόνιες αναπνευστικές παθήσεις θα πρέπει να ζητήσουν ιατρικές συμβουλές πριν χρησιμοποιήσουν μάσκα.

Για περισσότερες πληροφορίες καλέστε την National Coronavirus Helpline στο **1800 020 080**, διαλέξτε **επιλογή 8** για υπηρεσίες διερμηνέων ή επισκεφθείτε το **www.health.gov.au**