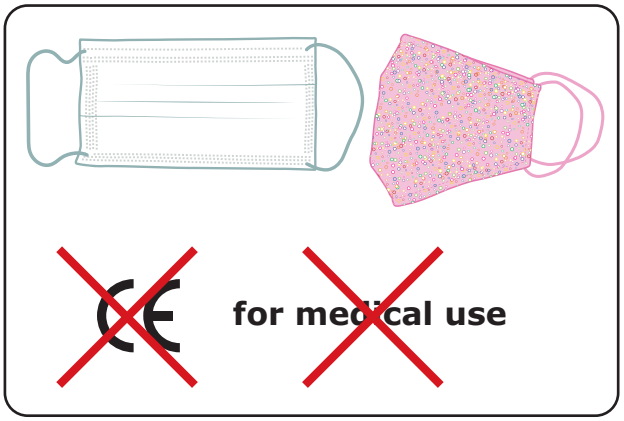
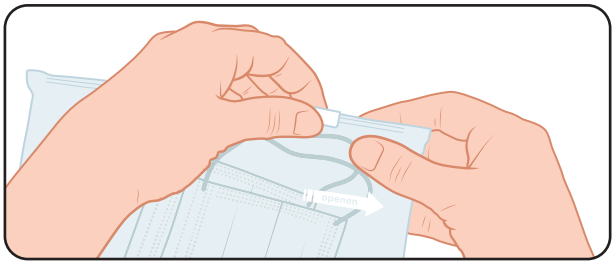
Rijksoverheid

چگونه از ماسک غیر طبی استفاده کنیم؟

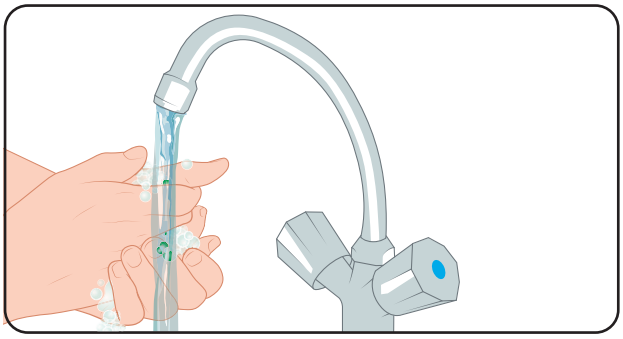


مقدماً دو مطلب:
- شما میتوانید از دو نوع ماسک استفاده کنید: ۱. ماسک هایی که شما از فروشگاه های وسایل بهداشتی -دروخیست- میخرید و بعد از یکبار مصرف دور میاندازید ۲. ماسک هایی که خودتان از پارچه میدوزید.
منظور این نیست شما از ماسک های طبی استفاده کنید. ماسک های طبی یا علائم طبی دیگر CE برای کادر پزشکی می باشد. ماسک های طبی با مارک مانند " برای استفاده طبی" مشخص میشوند.



- دو ماسک در یک کیسه پلاستیکی برای خود همراه داشته باشید. یکی برای رفتن به مقصد و یک برای برگشت. ماسک های تمیز و مصرف شده را جداگانه در ۲ کیسه نگاه دارید.

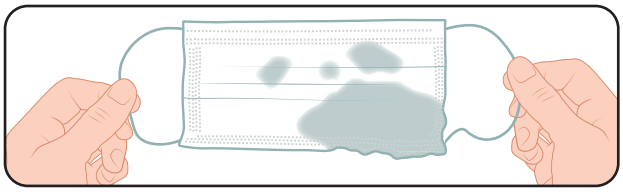
گام ۱:
قبل از زدن ماسک روی دهان دستهای خود را ۲۰ ثانیه با آب و صابون بشویید.



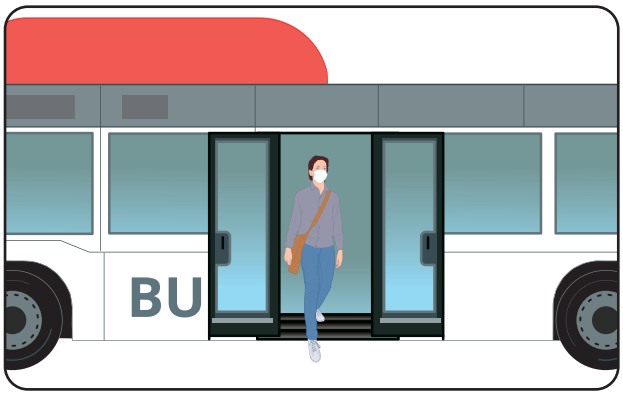
گام ۲:
- ماسک را چند دقیقه قبل از سوار شدن بپوشید.
- برای استفاده فقط کش یا نخ ماسک را لمس کنید.
- دقت کنید ماسک بینی و دهان شما را خوب بپوشاند .

گام ۳:
- ماسک را بعد از زدن با دست هایتان لمس نکنید.
- ماسک را برای صحبت کردن، خوردن و نوشیدن پایین و بالا نکشید.

- اگر ماسک تر شد دیگر از آن استفاده نکنید. از یک ماسک جدید استفاده کنید.

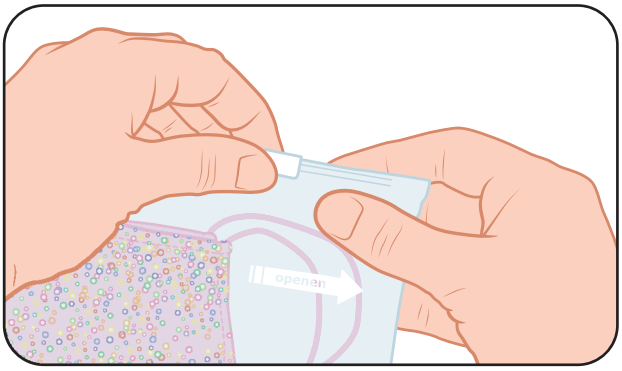


گام ۴:
- ماسک را میتوانید بعد از پیاده شدن بردارید.
- فقط کش یا نخ ماسک را در دست بگیرید.

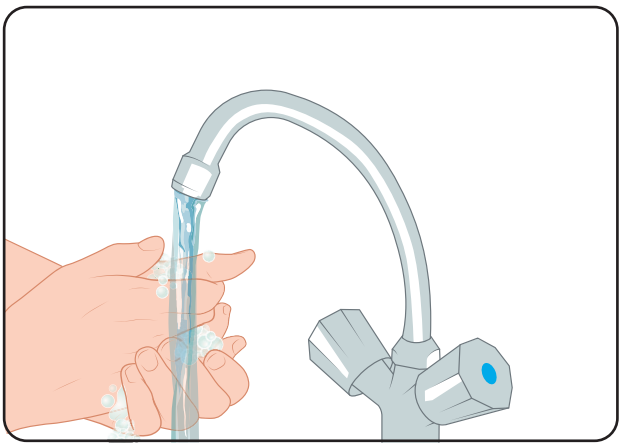


ماسک را در سطل آشغال مخصوص آشغال های اضافی -رست آففال- دور بیندازید.
- یا آنرا در یک کیسه پلاسیتیکی جداگانه نگاه دارید تا بتوانید آنرا دور بیندازید

ماسک های خود دوخته را در یک کیسه بسته نگاه داشته تا در خانه آنرا بشویید.



گام ۵:
بعد از رسیدن به خانه یا مقصد خود همیشه دست ها را با آب و صابون بشویید.



گام ۶:
ماسک های خود دوخته را میتوانید در ماشین لباس شویی در ۶۰ درجه بشویید. یک برنامه بلند را انتخاب کنید. بعد از گذاشتن ماسک ها در ماشین و قبل از درآوردن از ماشین دستهای خود را بشویید

Meer informatie over niet-medische mondkapjes vind je op rijksoverheid.nl/mondkapje

alleen samen krijgen we
corona onder controle