

كيفية ارتداء قناع الوجه

ارتدِ قناع الوجه بطريقة صحيحة

- اغسل يديك قبل ارتداء قناع الوجه
- تأكد من تغطية الفم والأنف والذقن بشكل كامل
- حاول تثبيته بشكل محكم على جانبي وجهك
- تأكد من قدرتك على التنفس بسهولة



استخدم قناع الوجه لحماية الآخرين

- ارتدِ قناع الوجه للمساعدة على حماية الآخرين إذا كنت مصابًا ولكن ليست لديك أعراض
- ارتدِ قناع الوجه في الأماكن العامة عندما تقترب من أشخاص خارج أفراد أسرتك، وخاصةً في الأوقات التي يصعب فيها الحفاظ على تدابير التباعد الاجتماعي الأخرى
- لا تضع قناع الوجه حول رقبتك أو فوق جبهتك
- لا تلمس الكمامة، وإذا لمستها، فاغسل يديك



انزع قناع الوجه بحذر، عند الوصول إلى المنزل

- فك الأربطة خلف رأسك أو شد الحلقات الي تثبتها حول الأذن
- لا تلمس أي جزء بخلاف الأربطة أو حلقات الأذن
- اطو طرفي قناع الوجه الخارجيين معًا
- ضع قناع الوجه في الغسالة (تعرف على المزيد حول كيفية غسل أقنعة الوجه المصنوعة من القماش)
- احرص على عدم لمس عينيك، وأنفك، وفمك عند خلعها، واغسل يديك على الفور بعد الخلع

