

عنوان: طریقه پوشیدن ماسک (65 ثانیه)

پوشیدن ماسک می تواند از انتشار ویروس کوید-19 جلوگیری کند.

ماسک خود را صحیح بپوشید:

- قبل از پوشیدن ماسک دست های خود را حداقل به مدت 20 ثانیه با آب و صابون بشویید.
 - ماسک اطراف گوش ها یتان باید محکم شود، اطمینان حاصل کنید که ماسک، بینی و دهان شما را می پوشاند و آنرا در اطراف چانه یا زنج خود محکم کنید.
 - کوشش کنید تا ماسک به روی شما به قسم کاملاً مناسب چسپیده باشد.
 - اطمینان حاصل کنید که می توانید به آسانی تنفس کنید و در تمامی اوقاتی که در محلات عمومی هستید ماسک را بپوشید.
- برای معلومات بیشتر به سی دی سی دات جی او وی اسلش کروناویروس مراجعه کنید.