

## Надевайте маску или покрытие для лица

Выходя на люди, всегда надевайте маску или покрытие для лица - даже на улице. Ваш COVID-19 может быть бессимптомным, но вы всё равно будете заражать других людей. Маски могут помочь предотвращать распространение вируса. Маски защищают других людей.



**Мойте руки перед тем, как надеть маску, и после того, как вы снимете её.** Не прикасайтесь к передней части маски. Берите её только за ушные петли или завязки.



**Прикрывайте маской нос и рот.** Закрепите нижнюю часть под подбородком. Отрегулируйте её так, чтобы она плотно прилегала бокам вашего лица. Маска не должна ограничивать дыхание.



**Помните, что маска должна постоянно закрывать нос и рот.**