

# PAANO LIGTAS NA GUMAMIT NG NON-MEDICAL MASK O PANTAKIP SA MUKHA

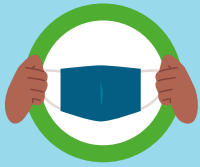
## MGA DAPAT GAGAWIN



DAPAT kang magsuot ng non-medical mask o pantakip sa mukha para protektahan ang ibang tao.



DAPAT mong tiyaking ang mask ay gawa sa kahit dalawang patong ng telang mahigpit na tinahi.



DAPAT mong tingnan kung may mga punit o butas ang mask.



DAPAT mong tiyaking malinis at tuyo ang mask o pantakip sa mukha.



DAPAT mong hugasan ang iyong mga kamay o gumamit ng alcohol-based na hand sanitizer bago at pagkatapos hawakan ang mask o pantakip sa mukha.



DAPAT mong gamitin ang mga ear loop o tali kapag sinusuot o inaalís ang mask.



DAPAT mong tiyaking natatakpan nang buo ang iyong ilong at bibig.



DAPAT mong palitan at labhan ang iyong mask sa tuwing mamasamasa o marumi ito.



DAPAT mong labhan ang iyong mask gamit ang mainit at may sabong tubig, at patuyuin ito nang mabuti bago gamitin ulit.



DAPAT mong itabi ang mga re-usable na mask sa isang malinis na paper bag hanggang sa gamitin mo ulit ito.



DAPAT mong itapon ang mga hindi nalalabhang mask sa isang basurahang may supot pagkatapos gamitin.

## GAWIN MO ANG IYONG BAHAGI.

Magsuot ng non-medical mask o pantakip sa mukha para protektahan ang ibang tao kapag hindi ka makakapagpantatili ng 2 metrong pagitan.

### Hindi inirerekomenda ang mga non-medical mask para sa:

- mga taong may sakit o kapansanan na nagdudulot ng kahirapan sa pagsusuot o pag-aalis ng mask
- mga taong nahihirapang huminga
- mga batang wala pang 2 taong gulang

## HUWAG HUSGAHAN ANG IBA DAHIL SA HINDI PAGSUSUOT NG MASK.

Mahalaga ang malasakit dahil maaaring may ilang tao na hindi kayang magsuot ng mask o pantakip sa mukha.

## MGA HINDI DAPAT GAGAWIN



HUWAG gamitin ulit mamasamasa, marumi, o sirang mask.



HUWAG gumamit ng maluwas na mask.



HUWAG hawakan ang mask habang suot ito.



HUWAG alisin ang mask para makipag-usap sa iba.



HUWAG ibaba ang mask.



HUWAG ipahiram ang iyong mask.



HUWAG iwan ang iyong gamit na mask sa lugar na maaabot ng ibang tao.

Tandaan, hindi mapipigilan ng pagsusuot ng non-medical mask o pantakip sa mukha ang pagkalat ng COVID-19. Dapat mo ring hugasan nang madalas ang iyong mga kamay, gawin ang physical distancing, at dapat kang manatili sa bahay kung may sakit ka.

