

MASKERS

Wat jy moet weet

- Lapmaskers is nie 'n plaasvervanger vir die **5 Goue Reëls vir Goeie Higiëne** nie.
- Maskers kan 'n mate van ekstra beskerming bied en help om die verspreiding van die koronavirus te verminder as dit goed gemaak is en op die regte manier gebruik word.
- Elke keer wanneer jy jou huis verlaat, moet jy 'n lapmasker dra.
- Kinders wat jonger as 2 jaar is, moenie maskers dra nie.



Moenie N95- en mediese maskers gebruik nie. Daar is 'n tekort en ons moet dit hou vir mediese personeel wat mense met COVID-19 versorg.

5 Goue Reëls

1. Was hande
2. Moenie aan gesig vat
3. Behou afstand
4. Bedek jou hoes
5. Siek? Bly tuis



'n Goeie lapmasker:

- Het ten minste 3 lae:
 - Die buitenste 2 lae is gemaak van dik katoen soos denim, kaliko, stofferingsmateriaal of shweshwe.
 - Die binneste laag is gemaak van sagte katoen.
 - Vermy T-hemp-materiaal.
- Is gemaak van materiaal wat in warm water gewas en dan gestryk kan word.
- Is vierkantig, met 3 plooië, sodat dit mooi pas.
- Bedek van bo die neus tot onder die ken en tot by die ore.

Provinsiale Hulplyn: 080 928 4102 | WhatsApp: "Hi" vir 0600 123 456 | E-pos: doh.dismed@westerncape.gov.za



Wes-Kaapse
Regering

BLY VEILIG

GAAN
VOORT

Gebruik jou lapmasker op 'n veilige manier:

MOET

- Was jou hande voordat jy die masker gebruik.
- Sorg dat die masker jou mond en neus toemaak.
- As die masker nat raak, sit 'n ander een op. Plaas die nat masker in 'n houer totdat jy dit kan was.
- Raak net aan die bandjies om dit af te haal.
- Was jou hande onmiddellik nadat jy dit afgehaal het.
- Was maskers met seep en warm water.
- Laat die masker droog raak en stryk dit om dit te ontsmet.
- Jy het ten minste 2 maskers nodig sodat jy 'n skoon een byderhand het.
- Dra elke dag 'n skoon masker.



As jy siek is met die koronavirus of iemand versorg wat dit het, gesels met jou gesondheidswerker of bel die hulplyn om uit te vind watter maskers en beskerming jy moet gebruik.

MOENIE

Aan jou gesig raak of met die masker vrotel nie.



Ooit iemand anders se masker dra nie. As jy nie 'n masker het nie, gebruik 'n serp of bandana.



Die masker laat afval of dit aftrek sodat jou neus of mond oop is nie.



Gebruikte maskers laat rondlê nie.



Provinsiale Hulplyn: 080 928 4102 | WhatsApp: "Hi" vir 0600 123 456 | E-pos: doh.dismed@westerncape.gov.za



Wes-Kaapse
Regering

BLY VEILIG
**GAAN
VOORT**