
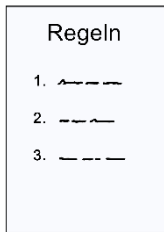
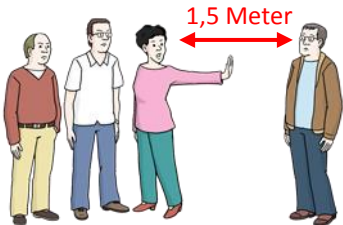

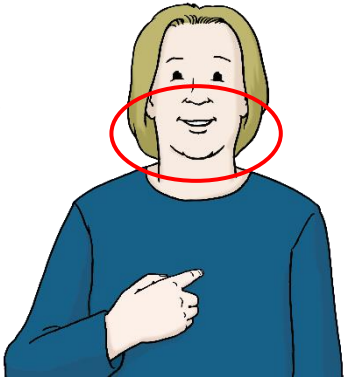
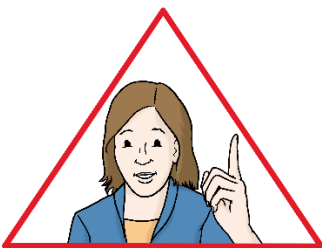

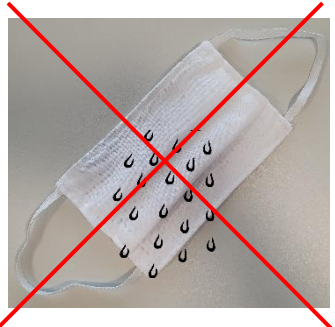







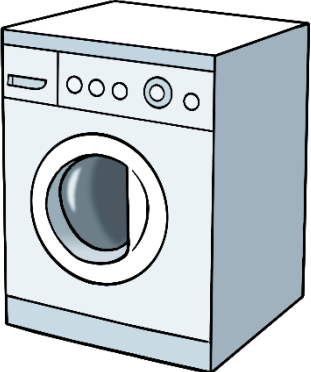
Hinweise für das Anziehen von einem Mund-Nase-Schutz

	<p>Sie schützen sich und andere am besten, wenn Sie Abstand halten.</p> <p>Noch besser schützen Sie sich und andere mit einem Mund-Nase-Schutz.</p> <p>Man sagt auch Alltags-Maske.</p> <p>Vorteile sind:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sie fassen sich mit Ihren Händen nicht in das Gesicht.• Sie schützen andere, wenn Sie niesen oder husten.
<p>Das sind die Regeln, wenn Sie eine Alltags-Maske tragen.</p>	
	<p>Sie beachten die besonderen Hygiene-Regeln.</p>
	<p>Sie halten den Abstand von 1,5 Metern zu anderen Menschen ein.</p>
	<p>Bevor Sie die Maske anziehen, waschen Sie Ihre Hände mit Seife.</p> <p>Bitte achten Sie darauf, dass Sie die Maske innen:</p> <ul style="list-style-type: none">• nicht berühren.• nicht verschmutzen.



	<p>Die Maske muss eng an Ihrem Gesicht sein.</p> <p>Die Maske muss:</p> <ul style="list-style-type: none">• über Ihrem Mund liegen.• über Ihrer Nase liegen.• über Ihren Wangen liegen. <p>Bitte achten Sie auf die Seiten von der Maske. Dort soll so wenig Luft wie möglich eindringen.</p>
	<p>Wenn Sie einen Bart haben, dann müssen Sie besonders gut aufpassen.</p> <p>Die Maske muss trotzdem eng an Ihrem Gesicht sein.</p>
	<p>Testen Sie bitte, ob Sie durch die Maske atmen können.</p> <p>Sie sollen genug Luft bekommen, wenn Sie die Maske tragen.</p>
	<p>Wenn die Maske nass oder feucht ist, dann sollten Sie eine neue Maske anziehen.</p>



	<p>Bitte achten Sie darauf, dass Sie die Maske außen nicht berühren. Wenn Sie die Maske benutzt haben, könnten sich außen Viren befinden.</p>
	<p>Waschen Sie sich nach dem Absetzen von der Maske die Hände mit Seife. Waschen Sie Ihre Hände 20 bis 30 Sekunden unter fließendem Wasser.</p>
	<p>Legen Sie die Maske nach dem Absetzen in einen Beutel. Der Beutel sollte luftdicht zu gemacht werden. Lassen Sie die Maske nicht zu lange in dem Beutel. Wenn Sie die Maske zu lange im Beutel lassen, könnte sich Schimmel bilden. Sie können die Maske nach dem Absetzen auch sofort heiß waschen.</p>
	<p>Jede Maske benutzen Sie nur einmal. Danach waschen Sie die Maske heiß. Am besten waschen Sie die Maske bei 95 Grad. Sie können die Maske auch bei 60 Grad oder mehr waschen. Wenn Sie die Maske wieder benutzen wollen, dann muss die Maske komplett trocken sein.</p>

Leichte Sprache Text: Büro für Leichte Sprache der Diakonie Werkstätten Halberstadt gGmbH, 29. April 2020
Abbildungen Leichte Sprache: © Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier
Fleetinsel, 2013