

Memakai masker dapat membantu mencegah penyebaran COVID-19

Pakailah masker jika:

- Anda tidak bisa menjaga jarak 1,5 meter dari orang lain
- Anda mengalami gejala dan akan diperiksa
- Anda diisolasi di kamar bersama dengan orang lain.

Beginilah cara memakai masker.

LANGKAH SATU

Cucilah tangan Anda selama 20 detik dengan sabun, atau dengan cairan pembersih tangan dengan kandungan alkohol sebelum mengenakan masker Anda. Mencuci tangan Anda mencegah kuman pindah dari tangan Anda ke masker dan muka Anda.



LANGKAH DUA

Pastikan bahwa masker Anda terpasang dengan benar dan menutupi hidung, mulut dan dagu Anda. Jangan sentuh masker Anda saat Anda sedang memakainya.

Anda dapat membuat masker Anda sendiri mengikuti langkah-langkah sederhana ini:

www.health.nsw.gov.au/Infectious/factsheets/Pages/how-to-make-a-cloth-mask.aspx



LANGKAH TIGA

Cucilah tangan Anda lagi setelah masker Anda terpasang.



Memakai masker dapat membantu mencegah penyebaran COVID-19

LANGKAH EMPAT

Bagian depan masker Anda hendaknya jangan disentuh saat dilepaskan



Buanglah masker langsung di tong sampah.



Jika masker terbuat dari kain, harap dimasukkan langsung ke dalam kantong plastik dan cucilah sebelum dipakai kembali.



Sebaiknya Anda membawa lebih dari satu masker saat bepergian. Simpan masker cadangan Anda di kantong plastik.



LANGKAH LIMA

Cucilah tangan Anda lagi selama paling tidak 20 detik dengan sabun, atau dengan cairan pembersih tangan dengan kandungan alkohol setelah melepaskan masker Anda.



Harap diingat bahwa pemakaian masker tanpa langkah lain tidak akan mencegah Anda tertular COVID-19. Menjaga jarak 1,5 meter dari orang lain dan mencuci tangan secara teratur tetap merupakan cara terbaik untuk melindungi diri Anda sendiri.