

# LÁTKOVÁ ROUŠKA

## Jak ji používat?

---



- ✓ Rouška by měla být z materiálu, který je dobře prateľný, nejlépe, aby vydržel vyvážku a žehlení (100% bavlna, perlan,...)
- ✓ Roušku nasadte přes nos i ústa a ujistěte se, že maximálně těsní.
- ✓ Rouška není věčná – funguje DOKUD NEZVLHNE, tedy maximálně asi 3 hod. nošení. Když navlhne, promění se ve zdroj nákazy ⚠ Viry se v roušce koncentrují a když člověk promluví nebo kašle, vypouští je do prostoru.
- ✓ BĚHEM NOŠENÍ SE PŘEDNÍ ČÁSTI ROUŠKY NEDOTÝKEJTE.
- ✓ MĚJTE K DISPOZICI VÍCE KUSŮ pro výměnu v průběhu dne.
- ✓ Roušku sundejte za gumičky/provázky a nesahejte na masku, uložte ji do igelitového pytlíku. Před a po manipulaci s rouškou, je dobré si dezinfikovat nebo omýt ruce.
- ✓ Roušku je nutné po každém použití STERILIZOVAT. Toho lze dosáhnout vypráním na teplotu alespoň 60 °C (raději vyšší), případně vyvařit v hrnci s vodou po dobu 5ti minut a následně ještě za vlhka roušku vyžehlit.

**Vláda ČR ode dne 19. března 2020 zakazuje všem osobám pobyt a pohyb mimo bydliště bez ochranných prostředků dýchacích cest.**

Děkujeme, že nařízení dodržíte.

Šijete-li roušky doma a máte-li větší množství můžete pomoci tím, že je poskytnete ostatním, kteří je nemají. Rádi je u Vás vyzvedneme a zajistíme předání  
Ludmila Fidlerová 739 051 011

