



Llywodraeth Cymru
Welsh Government



Iechyd Cyhoeddus
Cymru
Public Health
Wales

POKYNY K POUŽÍVANIU RÚŠKA

Ako si rúško nasadiť, ako ho používať, ako si ho skladať a ako ho vyhodiť.

- Pred nasadením rúška si umyte ruky dezinfekčným gélom s obsahom alkoholu alebo vodou a mydlom
- Zakryte si rúškom ústa a nos a uistite sa, že vám rúško všade tesne dolieha na tvár
- Kým máte rúško na tvári, nedotýkajte sa ho. Ak sa vám to stane, umyte si ruky dezinfekčným gélom s obsahom alkoholu alebo vodou a mydlom
- Ako postupovať pri skladaní rúška z tváre: pri skladaní sa chyťte časti rúška, ktorú máte za hlavou (nedotýkajte sa prednej časti rúška). Okamžite ho vyhodte do odpadkového koša s uzáverom. Ruky si umyte dezinfekčným gélom s obsahom alkoholu alebo vodou a mydlom

Viac informácií nájdete na stránke
gov.wales/coronavirus



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE

