



## Merkblatt zur Verwendung eines Mund-Nasen-Schutzes

**Ob mit oder ohne Mundschutz der wirksamste Schutz vor einer Infektion bleibt das Abstandhalten, das Niesen und Husten in die Armbeuge oder in ein danach sofort zu entsorgendes Taschentuch und das regelmäßige, häufige und sorgfältige Händewaschen (20 bis 30 Sekunden).**

**Wenn du einen Mund-Nasen-Schutz trägst, schützt du zunächst einmal die anderen Menschen. Du musst beim Tragen eines Mund-Nasen-Schutzes einige Regeln beachten:**

**Du benötigst für einen Tag – auch für einen Schultag – mehrere Masken und eine Tüte, in der du den gebrauchten Mund-Nasen-Schutz entsorgen kannst.**

**Anziehen** deines Mund-Nasen-Schutzes:

- **Wasche deine Hände**, bevor du deinen Mund-Nasen-Schutz anziehst.
- Du berührst nicht die Maske, sondern **nur die Bänder**.
- Achte darauf, dass dein Mund-Nasen-Schutz sowohl deinen Mund als auch deine Nase bedeckt.

**Tragen** deines Mund-Nasen-Schutzes:

- **Fasse** deinen Mund-Nasen-Schutz **nicht** von außen **an**. Denn dort können sich Viren oder Bakterien befinden.
- **Halte** trotz deines Mund-Nasen-Schutzes **immer mindestens einen Abstand von 1,5m** zu anderen Personen ein.

Dein Mund-Nasen-Schutz muss gewechselt werden, wenn

- er **durchfeuchtet** ist
- du ihn auf der Außenseite **anfasst**
- du ihn **unter das Kinn** geschoben hast
- du ihn **abgenommen** hast
- du damit **spielst**.

**Ausziehen und Wechseln:**

- Lege eine **Plastiktüte zum Entsorgen** deines Mund-Nasen-Schutzes bereit.
- Achte auch beim Ausziehen deines Mund-Nasen-Schutzes darauf, ihn **nicht von außen anzufassen, sondern nur an den Bändern**.
- **Entsorge den Mund-Nasen-Schutz** in deiner mitgebrachten Plastiktüte **und stecke diese in deine Schultasche**.
- Gebe die Tüte, sobald du zuhause bist, **deinen Eltern**.
- **Wasche deine Hände**, nachdem du deine Maske entsorgt hast und bevor du dir einen neuen Mund-Nasen-Schutz anziehst.