

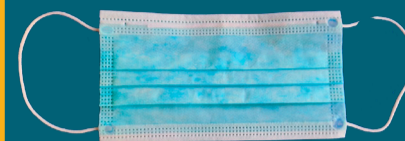
### L'ÚS DE MASCARETA ÉS OBLIGATORI

- En **espais tancats** d'ús públic o oberts al públic.
- A l'**aire lliure** quan no sigui possible mantenir una distància mínima d'1,5 metres (llevat de grups de convivents).
- Al **transport públic** (incloent andanes i estacions de viatgers).
- Per als **professionals que estan en contacte amb malalts de COVID-19**.

### Per assegurar-ne l'eficàcia, és important seguir les indicacions següents:

- Renta't les mans abans de posar-te la màscara i en treure-te-la.
- Col·loca't bé les gomes o les cintes i assegura't que la mascareta et tapa el nas, la boca i fins al dessota de la barbeta. Ajusta't la banda metàl·lica del nas.
- No la toquis amb les mans mentre la portes posada. Si ho fas, renta-te-les.
- Substitueix-la periòdicament o quan vegis que ja està molt humitejada.
- Per treure't la mascareta, agafa-la per les gomes o cintes sense tocar-ne la part frontal. Llença-la en una galleda d'escombraries amb tapa.

#### Mascareta HIGIÈNICA Persones **sanes**

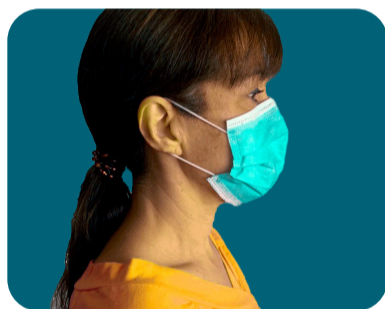


#### Mascareta QUIRÚRGICA Persones **malaltes**



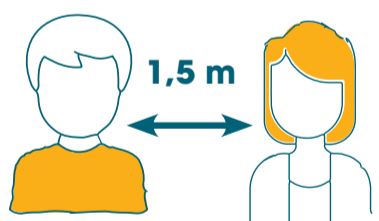
#### Mascareta AUTOFILTRANT (EPI)

Persones  
**que estan  
en contacte  
amb el virus**



En **mascareta EPI**, fes una prova d'ajust expirant aire per comprovar si hi ha fuites (recol·loca-te-la si notes que l'aire s'escapa)

## MESURES HIGIÈNIQUES DE PREVENCIÓ



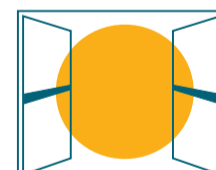
**Mantingues la distància de seguretat de 1,5 m**



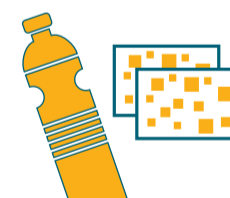
**Renta't les mans regularment** amb sabó o una solució alcohòlica; és la mesura principal per a evitar el contagi



**Cobreix-te la boca en tossir**, amb un mocador d'un sol ús o amb l'avantbraç



**Mantingues els espais tancats ventilats**



**Neteja i desinfecció** freqüent d'objectes i superfícies

Què has de tenir en compte en comprar una mascareta?



Guia per a la compra de mascaretes



Vídeo ús mascareta higiènica o quirúrgica



Vídeo ús de mascareta autofiltrant

