

# MUND-NASEN-BEDECKUNG TRAGEN

## Das sollten Sie beachten



Saarbahn



Waschen Sie sich vor dem Anlegen einer Mund-Nasen-Bedeckung gründlich die Hände (mind. 20 bis 30 Sekunden mit Seife).



Achten Sie beim Aufsetzen darauf, dass Nase und Mund bis zum Kinn abgedeckt sind und die Mund-Nasen-Bedeckung an den Rändern möglichst eng anliegt.



Wechseln Sie die Mund-Nasen-Bedeckung spätestens dann, wenn sie durch die Atemluft durchfeuchtet ist. Vermeiden Sie, während des Tragens die Mund-Nasen-Bedeckung anzufassen und zu verschieben.



Berühren Sie beim Abnehmen der Mund-Nasen-Bedeckung möglichst nicht die Außenseiten, da sich hier Erreger befinden können. Greifen Sie die seitlichen Laschen oder Schnüre und legen Sie die Mund-Nasen-Bedeckung vorsichtig ab.



Waschen Sie sich nach dem Abnehmen der Mund-Nasen-Bedeckung gründlich die Hände (mind. 20 bis 30 Sekunden mit Seife).



Nach der Verwendung sollte die Mund-Nasen-Bedeckung bis zum Waschen luftdicht (z. B. in einem separaten Beutel) aufbewahrt oder am besten sofort bei 60° bis 95 °C gewaschen werden.

Quelle: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Im Unternehmensverbund mit



Stadtwerke  
Saarbrücken

SAAR  
BRÜ  
CKEN

Ein Unternehmen  
der Landeshauptstadt  
SAARBRÜCKEN