



Gesig maskers gedurende KORONA

Ek beskerm jou. Jy beskerm my.

'n Gesigmasker kan jou en ander beskerm deur om die versprei van die Korona Virus te vertraag. Sommige mense het geen simptome nie of hulle weet nie dat hulle die virus het nie, maar kan dit steeds oordra na ander.

Die masker verminder die druppels wat uit jou mond of neus uit kom as jy praat, hoest of nies.

Ons minister van gesondheid, Dr Zweli Mkhize, sê dat almal 'n materiaal gesigmasker moet dra as ons in die publiek is. Ons moet ons self gedra asof almal die KORONA virus het, en almal moet maskers dra as ons ons huise verlaat.

BAIE BELANGRIK

Jy het NIE 'n MEDIESE MASKER nodig nie.

Ons gesondheidswerkers waag hulle lewens om ons te beskerm. Hulle het hierdie maskers nodig. Wys hulle dat jy omgee. Maak eerder jou eie masker.

ONTHOU!

Selfs as jy 'n masker dra, moet jy nie aan jou masker en gesig raak nie. Dit is nog steeds belangrik om jou hande gereeld te was, en hou jou afstand van ander mense om jou.

Hoe om behoorlik 'n gesigmasker te gebruik



- Was jou hande met seep en water vir 20 sekondes.
- Sit die masker aan met rekkies. Moenie aan die materiaal van die masker vat nie.
- Maak seker dat die masker jou neus en mond ten volle bedek en gemaklik pas, voor jy die huis verlaat.
- Moenie aan die masker vat of oplik as jy wil praat, hoest of nies nie.
- Wanneer jy by die huis kom lig die masker versigtig op deur om die rekkies te gebruik. Probeer om nie aan die materiaal van die masker te vat nie.
- Was jou hande nadat jy die masker verwyder het.
- Was die masker in warm seepwater, en hang hom op in die son om droog te word. Stryk hom as hy droog is.
- Moenie jou gesigmasker met ander mense deel nie.

Hoe om 'n materiaal gesig masker te maak

There are many patterns for making masks on the internet but this cloth mask is easy and cheap to make and there is no sewing. Be sure that your face mask has three layers of cloth.

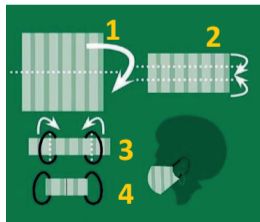
Wat jy benodig

- 2 rekkies
- Styf geweefde katoen materiaal. Jy kan 'n ou serp, laken, lap op T-Hemp gebruik.
- Skêr om die materiaal te kan sny.
- Maak twee maskers sodat jy een het om te dra terwyl die ander een in die was is.

Instruksies

Jou stuk materiaal moet wyd genoeg wees om jou gesig te bedek, en lank genoeg wees sodat jy hom 3 maal kan vou.

1. Vou jou stuk materiaal in die helfte.
2. Vou die boonste kant na die middel. En daarna die onderste kant na die middel.
3. Plaas 'n rekkie om die punte van die materiaal.
4. Vou die kante tot in die middel en druk die een kant in die ander in.



OPSIONEEL: Voor die tweede stap kan jy 'n stuk handdoek of koffie filter tussen die lae sit. Dit sal dien as 'n filter. Gooi die filter weg na elke gebruik van die masker.

Kyk die volgende video's om jou te help:

1. <https://sacoronavirus.co.za/2020/04/11/video-how-to-make-your-own-cloth-mask/>
2. <https://youtu.be/tPx1yqvJgf4>