



**Australian Government**  
**Department of Health**

## FOLOSIREA MĂȘTILOR DE FAȚĂ ÎN COMUNITATE

### Ce este coronavirusul

Coronavirusul (COVID-19) este o infecție respiratorie care se răspândește de la o persoană la alta prin picături de la tusea sau strănutul unei persoane infectate.

Se poate răspândi, de asemenea, prin atingerea obiectelor sau a suprafețelor care au picături de la o persoană infectată pe ele și apoi prin atingerea gurii sau a feței.

### Trebuie să port o mască?

Cu ratele de COVID-19 în creștere în unele părți ale Australiei, acum unii dintre noi trebuie să poarte o mască pentru față în public - este fie cerut fie recomandat. Este important să fiți la curent cu sfaturile din aria dumneavoastră. Dacă vă aflați într-o zonă în care statul, teritoriul sau administrația locală v-au înștiințat că ar trebui sau că trebuie să purtați o mască în public, vă rugăm să le urmați instrucțiunile. Verificați în mod regulat siturile web de guvern sau teritoriu sau vizitați [Australia.gov.au](http://Australia.gov.au).

Vă rugăm să vă amintiți, măștile contribuie la împiedicarea celor care au virusul de a-l transmite altora în comunitate. Vă rugăm să fiți conștienți de faptul că măștile sunt eficiente doar când sunt folosite cu alte măsuri de control al infecției.

Chiar dacă purtați o mască ar trebui să păstrați distanțarea fizică, să aveți o bună igienă a mâinilor și respiratorie, și să stați acasă când nu vă simțiți bine.

### Cum să-mi folosesc masca în mod corespunzător?

Este important să purtați o mască adecvată pentru a evita riscul crescut de infecție pentru dumneavoastră și pentru alții. Atingerea sau îndepărtarea măștii vă poate contamina mâinile.

Vă rugăm să vă spălați pe mâini înainte de a pune masca pe față, imediat după ce o luați de pe față și de fiecare dată când o atingeți în timpul utilizării.

Când o purtați, asigurați-vă că vă acoperă atât nasul cât și gura și se potrivește perfect sub bărbie, peste podul nasului și pe părțile laterale ale feței.

Nu o lăsați să atârne de gât și încercați să nu atingeți niciodată partea din față a măștii. Dacă masca se umezește, trebuie să o schimbați.

### **Ce fac cu masca după ce am folosit-o?**

Dacă masca dumneavoastră este de unică folosință, purtați-o o singură dată și apoi aruncați-o în coșul de gunoi.

Dacă aveți o mască rezistentă de pânză, puneți-o într-o pungă de plastic până când puteți să o spălați.

Măștile de pânză pot fi spălate în mașina de spălat cu celelalte haine.

Puteți, de asemenea, să o spălați de mână folosind săpun și apă cât se poate de fierbinte la setarea corespunzătoare pentru pânza din care este făcută.

Uscați masca de pânză complet într-un uscător de haine sau ținând-o în aer curat înainte de a o re-utiliza.

### **Stați departe de infecția COVID**

Pentru a proteja comunitățile noastre, toată lumea ar trebui să continue să facă cele mai importante trei lucruri pentru a opri răspândirea virusului:

- Stați la cel puțin 1,5 metri distanță de ceilalți oricând sau oriunde puteți.
- Practicați o igienă bună spălându-vă mâinile în mod regulat cu apă și săpun. Dacă apa și săpunul nu sunt disponibile, utilizați un dezinfectant de mâini pe bază de alcool. Nu vă atingeți fața, și amintiți-vă să tușiți și să strănutați în cot în loc de mână.
- Descărcați aplicația COVIDSafe. Aplicația vă ajută să urmăriți persoanele cu care ați fost în contact strâns.

Acum, mai mult decât oricând, este important să stați acasă dacă aveți simptome de răceală sau gripă. Dacă aveți febră, tuse, durere în gât sau dificultăți de respirație, faceți un test pentru coronavirus. Fiecare dintre noi putem contribui la oprirea răspândirii infecției COVID-19.

### **Ultimele știri în privința aplicației COVIDSafe**

În plus față de limba engleză, aplicația COVIDSafe este acum disponibilă în limbile arabă, chineză simplificată și tradițională, vietnameză și coreeană. Aplicația va fi, de asemenea, disponibilă în italiană și greacă în curând.

Aplicația COVIDSafe ajută oficialii din sănătatea publică să notifice persoanele care au fost în contact cu cineva care are COVID-19. Dacă ați descărcat aplicația, puteți alege să oferiți oficialilor din domeniul sănătății acces la informațiile din aplicație. Acest lucru le permite să identifice și să contacteze rapid persoanele potrivite și să prevină răspândirea virusului.

### **Mai multe informații despre COVID-19**

Este important să rămâneți informat prin surse oficiale. Vizitați [health.gov.au](https://www.health.gov.au), sunați la Linia de asistență Coronavirus la 1800 020 080 sau la serviciul de traducere și interpretare la 131 450.