



## 6x o látkových rouškách



- **Z čeho mám roušku ušít? Jaký materiál je nejvhodnější?**

Látkové roušky je vhodné ušít ideálně z bavlny, hustě tkané, např. sypkovina, z potahu na polštáře atd.

- **Jak dlouho mohu nosit látkovou roušku?**

Roušku noste, dokud nezvlhne, cca 1-2 hodiny. Pak se její účinnost snižuje. Mějte proto u sebe více roušek.

- **Co s použitou látkovou rouškou?**

Roušku sundejte z obličeje bez kontaktu s přední zevní plochou a vložte do igelitového sáčku. Sáček uzavřete. Potom si umyjte nebo vydezinfikujte ruce.

- **Lze látkové roušky nosit opakovaně?**

Ano, látkové roušky lze po vyprání a vyžehlení použít opakovaně. Látkovou roušku vyvařte ideálně na 90 stupňů Celsia po dobu cca 5 minut. Po usušení ji ještě vyžehlete z obou stran.

- **Jak mám roušku nosit?**

Rouška by vám měla zakrývat nos a ústa a měla by pevně přiléhat k obličeji. Při nošení roušky nesahejte na její zevní plochu a nesahejte si na obličej, zejména oči, nos a ústa.

- **Kdy mám roušku nosit?**

Vždy, když jdete ven, na nákup, na procházku, se psem...