

Sådan tager du mundbind på

1. Vask eller afsprit dine hænder.
2. Tag mundbindet på, så det er fastgjort bag ørerne og det dækker næse og mund.
3. Undgå at røre ved mundbindet, mens du har det på.



Sådan tager du mundbind af

1. Afsprit dine hænder, inden du tager mundbindet af.
2. Sørg for at tage det af ved at tage fat i elastikkerne – rør ikke selve mundbindet.
3. Smid mundbindet ud i almindelig restaffald.
4. Vask eller sprit dine hænder af.

