



Hoe stoffen mondkmaskers gebruiken?

In welke situaties draag ik mijn mondk masker?

- ✓ Deze stoffen mondkmaskers beschermen in de eerste plaats je omgeving. Draag het masker alleen wanneer het verplicht is (bv. openbaar vervoer) of nodig. Bijvoorbeeld wanneer de fysieke afstand niet gegarandeerd kan worden, als je in contact komt met kwetsbare personen of als je ziek bent in aanwezigheid van andere personen.
- ✗ Gebruik een stoffen mondk masker NIET als zelfbescherming om dicht bij een besmet persoon te komen of die te verzorgen.
- ✗ Stoffen mondkmaskers zijn GEEN vervanging voor een goede handhygiëne noch voor het houden van voldoende afstand (minstens 1,5 meter) van andere mensen.
- ✗ Een masker is niet nodig als je in open lucht bent zonder mensen in je nabijheid.

Respecteer de basisregels!

- ✓ Blijf thuis, zeker als je ziek bent.
- ✓ Was je handen vaak met water en zeep en raak je gezicht zo weinig mogelijk aan.
- ✓ Om te snuiten, hoesten of niezen, gebruik elke keer een nieuw papieren zakdoekje en gooi het na gebruik weg in een gesloten vuilnisbak.
- ✓ Geen zakdoek? Hoest of nies in de binnenkant van je elleboog.
- ✓ Hou minstens 1,5 m afstand van anderen.

Hoe mijn mondk masker dragen en afzetten?

- **Was je handen zorgvuldig met water en zeep** alvorens het masker aan te raken. Als er geen water en zeep beschikbaar is, ontsmet je handen.
- Raak enkel de elastieken of lintjes aan bij het opzetten van je masker.
- Rek het masker uit zodat het je neus en kin bedekt en mooi aansluit (geen openingen tussen masker en gezicht).
- Van zodra je het mondk masker hebt opgezet, vermijd je om je masker aan te raken.
- Als je mondk masker afglijdt of niet goed bevestigd is, raak het dan enkel aan de zijkanten aan om het terug te bevestigen. Was of ontsmet nadien weer je handen.
- Verwijder het mondk masker via de elastiekjes of koordjes zonder de voorkant aan te raken.
- **Was nadien je handen zorgvuldig.**
- Draag het masker maximaal 8 uur aan één stuk. Vervang het sneller als het vochtig of vuil is.
- Als je in tussentijd het masker wilt afzetten, bv om te drinken
 - ✓ Bewaar het op een propere plaats met de buitenkant van het masker naar boven gericht of in geïndividualiseerde papieren omslag.
 - ✗ Steek het zeker niet in een jaszak of handtas.
- ! Bij het terug opzetten, draag er zorg voor dat je voor- en achterkant van het masker niet omwisselt.
- Vermijd om je masker te vaak op en af te zetten. Draag je mondk masker nooit onder je neus of onder je kin (! risico op besmetting!).



Hoe stoffen mondkmaskers wassen en bewaren?

Het mondkmasker wassen:

- Verander het mondkmasker **elke 8 uur** of elke 4 uur bij intensief gebruik (bv een leerkracht die lesgeeft voor de klas), of sneller wanneer het vochtig of zichtbaar vuil is.
- Het mondkmasker moet **na elk gebruik gewassen** worden.
- Sommige maskers bieden plaats voor een extra filter tussen de lagen stof. Niet wasbare filters, gooi je na gebruik weg. Voor wasbare filters zie hieronder.
- Was het masker met wasmiddel in de wasmachine op 60°C met de rest van de was. Je kan het ook koken met wasmiddel in een kookpot die enkel hiervoor gebruikt wordt. Wanneer je het masker op een te lage temperatuur wast, bijvoorbeeld door te wassen met de hand, moet je het daarna wel op hoge temperatuur strijken.
- Alleen strijken of met een haardroger over het masker gaan volstaat niet. Dit kan geen wasbeurt vervangen.
- Nadat je een vuil masker hebt aangeraakt, bijvoorbeeld om het in de wasmachine te plaatsen, **was dan zeker grondig je handen**.
- Het masker moet **helemaal droog** zijn voor je het opnieuw kan gebruiken. Het is dus aangeraden om minimum twee maskers te hebben.

Gebruik je een wasbare filter:

- Was de filter best samen met het stoffen masker waar hij in zit. Zo vermijd je dat je je blootstelt aan virussen die aan de buitenkant zitten.
- Was de filter elke dag dat je hem gedragen hebt.
- Laat de filter best drogen aan de lucht of in de droogkast.
- **Let op:** filters **gevoelig voor warmte** kunnen smelten door de hitte. Kook en strijk ze niet!

Het masker bewaren:

- Laat je mondkmasker niet rondslingeren. Kies een vaste en propere plaats voor je maskers en bewaar je gebruikte mondkmaskers bij voorkeur in een gesloten stoffen zak die je samen met het masker wast.
- Raak het propere mondkmasker enkel aan nadat je je handen hebt gewassen en raak nooit de binnenkant aan.
- Stop je masker niet in de diepvries of frigo. De koude doodt het virus niet en het masker riskeert je voeding te besmetten.