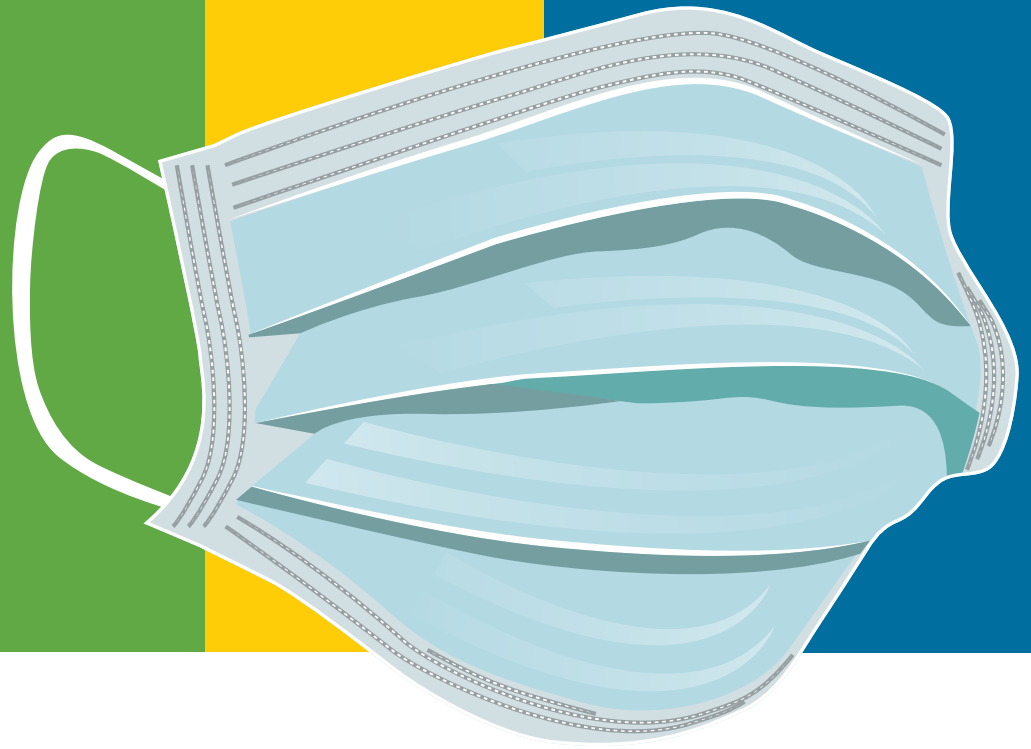


# How to Wear a Mask



- 1** Wash your hands.
- 2** Put mask over your nose and mouth and secure it under your chin or around ears.
- 3** Fit it snugly against the sides of your face. The mask should cover from below your chin to above your nose and be pinched to be snug across the bridge of your nose.
- 4** Make sure you can breathe easily.
- 5** Try not to touch the mask – if you do, wash or disinfect your hands with sanitizer.

*Do not put mask on children under age 2, or anyone who has trouble breathing or is otherwise unable to remove the mask without assistance.*

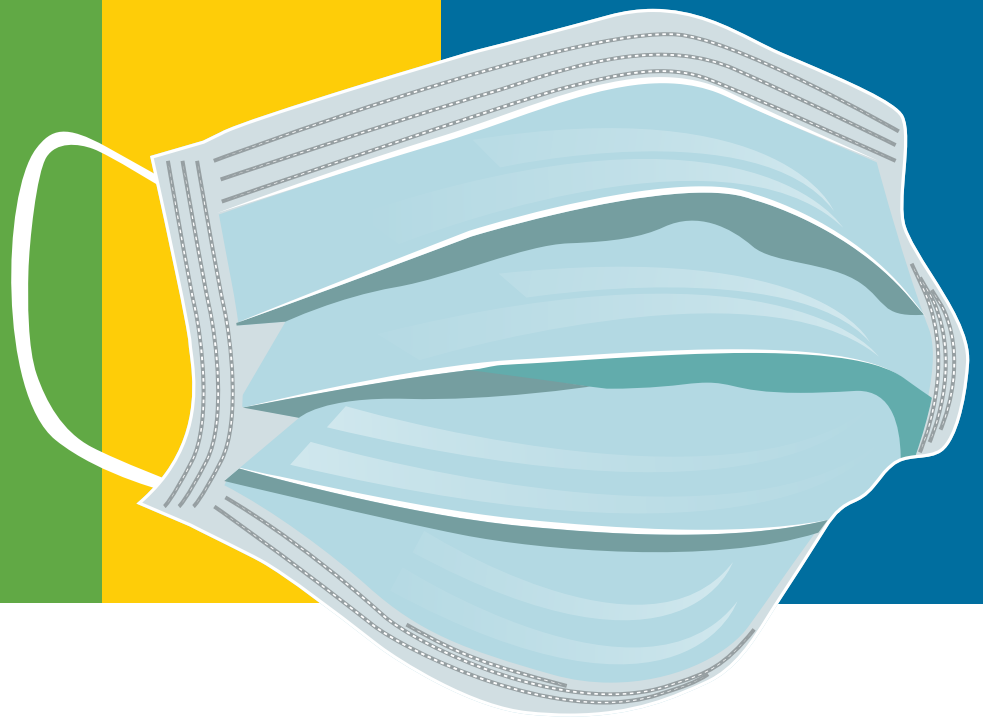
**STAY** *Safe.*

Positive**Impact**HealthCenters.org

POSITIVE  
**IMPACT**  
HEALTH CENTERS

A horizontal bar with segments of red, green, yellow, and blue.

# Cómo usar una máscara



- 1** Lávese las manos.
- 2** Coloque una máscara sobre su nariz y boca y asegúrela debajo de la barbilla y alrededor de las orejas.
- 3** Coloque la máscara cómodamente a los lados de su cara. Esta máscara debe cubrir desde debajo de la barbilla hasta la parte superior de la nariz, y debe ajustarla sobre el puente de su nariz.
- 4** Asegúrese de poder respirar con facilidad.
- 5** Intente no tocar la máscara, si lo hace, lávela o limpie sus manos con desinfectante.

*No coloque la máscara en niños menores de 2 años, ni en ninguna persona que tenga problemas para respirar o que no pueda quitarse la máscara sin ayuda.*

Manténgase *Saludable.*

Positive**Impact**HealthCenters.org

POSITIVE  
**IMPACT**  
HEALTH CENTERS

