

TO PROTECT YOURSELF AND OTHERS, AVOID THESE COMMON MASK-WEARING MISTAKES

आफ्नो र अरूको रक्षा गर्न, यी साधारण मास्क लगाउने गल्तीबाट बच्नुहोस्।



Please do not wear
gaiters, bandanas or
masks with exhalation
valves as face coverings.

कृपया गाइटर मास्कहरू
बान्डनस मास्क वा श्वास छोड्ने
भल्भलाई अनुहार कभरिंगको
रूपमा प्रयोग नगर्नुहोस्।



Don't touch your or your child's
mask while it is being worn.

जब मास्क लगाइएको अवस्थामा तपाईंको
र तपाईंको बच्चाको मास्कहरू नछुनुहोस्।

Wear the mask above
your nose and mouth.

आफ्नो नाक र मुख
छोप्ने गरि मास्क
लगाउनुहोस्।



Don't share your mask with
family members or friends.

परिवारको सदस्य वा साथीहरूसँग
तपाईंको मास्क साझेदारी नगर्नुहोस्।



Don't remove the mask while
around others in public.

मास्क नहटाउनुहोस् जब तपाईं
सार्वजनिक स्थलमा अरूको वरिपरि
हुनुहुन्छ भने।



Please wash Cotton masks after wearing
it for one day.

कृपया कपासका मास्कहरू एक दिन
लगाइसकेपछि धुनुहोस्।