



1) Přiložte si roušku k obličejí tak, aby jste cítili že na horní části je v roušce cítit ohebný materiál.

2) Nasadte si smyčky, které jsou součástí roušky tak, aby držely na vašem obličejí zachycené za uši.

3) Nahmatejte ohebný materiál ve vrchní části roušky, a ohněte jej tak, aby se vám vytvaroval kolem nosu.

4) Ujistěte se, že můžete bez větších problémů dýchat.