

# COMMENT BIEN UTILISER SON MASQUE ?



## Lavage des mains répété et systématique

Toujours se laver les mains avant de mettre le masque, puis avant de l'enlever et après l'avoir retiré (le masque peut être contaminé).



## Quand mettre le masque ?

Pour : sortir, dans les transports en commun, faire les courses, travailler en petit groupe, éviter de contaminer et de recevoir des postillons.

## Comment le mettre ou l'enlever ?

Le mettre et l'enlever par les liens, sans toucher la partie extérieure ou celle en contact avec le nez et la bouche. Ne pas manipuler le masque en cours d'utilisation.



## Éviter de le manipuler

Le manipuler uniquement avec les liens.

Si manipulation indispensable, se laver les mains ensuite.

## Combien de temps le porter ?

3h d'utilisation maximum.

- S'il est mouillé et/ou à usage unique, l'enlever et le jeter à la poubelle. Le mettre dans un sac poubelle dédié uniquement à cet usage. Stocker ce sac 24h au moins avant de le mettre dans le bac des ordures ménagères.
- S'il est mouillé et/ou en tissu l'enlever et le laver.



S'il est en tissu réutilisable, et si je ne peux pas le désinfecter tout de suite, je le range dans une boîte hermétique (ex. : une boîte en plastique).

Je le manipule avec précaution, désinfecte le contenant et me lave les mains ensuite.

Un lavage à 60° pendant 30 minutes avec un peu de lessive suffit à détruire le virus. Ne pas utiliser d'alcool ni de javel.

**UN BON USAGE DE VOTRE MASQUE  
NÉCESSITE UN PEU D'ENTRAÎNEMENT.**

