

# Port du masque :



## Manière de choisir, d'utiliser et d'entretenir les masques

Tenez compte du présent avis lors du choix, de l'utilisation et de l'entretien d'un masque. Cet avis s'adresse au grand public et **ne porte pas** sur la santé au travail, notamment dans les établissements de soins de santé.

### ✓ Choix du masque



Examinez les différents types de masques offerts au public :

- > Respirateurs (comme les masques N95)
- > Masques médicaux
- > Masques non médicaux



Choisissez le masque qui convient le mieux à votre situation.



Choisissez un masque propre, sec et non endommagé.



Choisissez un masque qui s'ajuste étroitement à la forme de votre visage, sans espace.



Choisissez un masque qui couvre entièrement votre nez, votre bouche et votre menton.



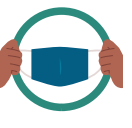
Si vous portez un masque non médical, choisissez-en un qui est composé de plusieurs couches de tissu perméable à l'air, dont :

- > au moins 2 couches de tissu tissé serré
- > une troisième couche filtrante au milieu

### ✓ Utilisation



Utilisez les attaches, les bandes ou les boucles latérales pour mettre et enlever votre masque.



Assurez-vous que le masque suit étroitement la forme de votre visage en ajustant :

- > le couvre-nez flexible
- > les boucles latérales, les attaches ou les bandes



Enlevez votre masque si vous avez du mal à respirer pour quelque raison que ce soit lorsque vous portez un masque.

- > Si votre respiration ne s'améliore pas, consultez un médecin dès que possible.



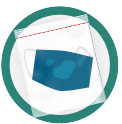


## Entretien



Rangez votre masque dans un sac de papier ou de tissu propre si vous prévoyez le réutiliser.

- › Si vous réutilisez un masque, assurez-vous qu'il est propre, sec et qu'il n'est pas endommagé.



Changez votre masque lorsqu'il est sale, humide ou endommagé, et gardez-le hors de portée des autres.

- › Rangez les masques non médicaux réutilisables souillés dans un sac ou un contenant étanche jusqu'à ce qu'ils puissent être lavés.



Lavez-vous les mains après avoir ajusté ou retiré un masque usagé.



Lavez les masques non médicaux réutilisables à l'eau chaude savonneuse, soit dans une machine à laver, soit à la main, et séchez-les complètement avant de les réutiliser.

- › Vous pouvez laver les masques non médicaux qui comportent une couche filtrante intégrée.
- › Retirez les filtres jetables des masques non médicaux avant de les laver.
- › Remplacez les filtres jetables conformément aux instructions du fabricant.



Jetez dans les poubelles les filtres qui ont déjà servi et les masques jetables sales, humides ou endommagés, ou utilisez un programme de recyclage des masques, le cas échéant.



## À éviter



Les personnes suivantes n'ont pas à porter de masques :

- › Enfants de moins de 2 ans
- › Personnes atteintes d'une maladie ou ayant une incapacité qui ont de la difficulté à mettre ou enlever un masque sans aide
- › Celles qui ont de la difficulté à respirer avec un masque



Ne portez pas de foulard, de bandana, de cache-cou ou d'écran facial à la place d'un masque.



Ne lavez pas les masques médicaux ou les respirateurs jetables.



Ne touchez pas le devant de votre masque.



Ne laissez pas votre masque pendre à vos oreilles et ne le placez pas sous votre menton.



Ne prêtez pas vos masques usagés.