

# Comment bien utiliser un masque ?

## I La pose du masque



1 Lavez-vous ou désinfectez-vous les mains.



2 Prenez votre masque par les élastiques/liens.



3 Placez-le sur votre visage et positionnez-le sur le nez et la bouche en incluant le menton.



4 Une fois placé, ne touchez plus votre masque.



5 Portez votre masque 4 heures maximum. Changez-le s'il est humide ou endommagé.

## I Le retrait du masque



1 Avant d'enlever le masque, lavez-vous ou désinfectez-vous les mains.



2 Pour retirer le masque, enlevez-le par derrière, à l'aide des élastiques/liens sans toucher le tissu du masque et mettez-le dans un sac.



3 Pour un masque à usage unique, éliminez le sac avec le masque dans les ordures ménagères.

ou



4 Pour un masque lavable, lavez le masque à 60°C pendant 30 min minimum.



5 Lavez-vous ou désinfectez-vous les mains.

## I Ce qu'il ne faut pas faire



Porter son masque sous le nez ou juste au niveau du nez.



Avoir le menton découvert.



Toucher son masque une fois qu'il est en place. Sinon lavez-vous ou désinfectez-vous les mains.



Descendre le masque sous le menton.