



PROTOCOLE D'UTILISATION DU MASQUE ARTISANAL

Selon l'Organisation Mondiale de la Santé, le COVID-19 est transmis par des personnes porteuses du virus. La maladie peut se transmettre d'une personne à l'autre par le biais de gouttelettes respiratoires expulsées par le nez ou par la bouche lorsqu'une personne tousse ou éternue. Ces gouttelettes peuvent se retrouver sur des objets ou des surfaces autour de la personne en question. On peut alors contracter le COVID-19 si on touche ces objets ou ces surfaces et si on se touche ensuite les yeux, le nez ou la bouche. Il est également possible de contracter le COVID-19 en inhalant des gouttelettes d'une personne malade qui vient de tousser ou d'éternuer.

Afin d'éviter le plus possible la projection des postillons des gens que vous êtes amenés à croiser en vous rendant en milieu hospitalier, au marché dans les magasins d'alimentation et autres espaces encore ouverts au public il est important de se couvrir le nez et la bouche avant de sortir si vous ne le faite par vous faite le pour les autres. Le port d'un masque artisanal, d'une écharpe ou d'un foulard est conseillé, à défaut d'un masque chirurgical, d'un masque N95 ou FFP2.

Les masques en tissu permettent de limiter la propagation des gouttelettes porteuses du virus par un malade avec ou sans symptômes (une charge virale plus faible ou nulle) à condition toujours qu'ils soient posés sans espace libre au niveau du nez ou du menton ou des joues.

Comment mettre et utiliser un masque barrière



- **Lavez le masque avant de l'utiliser**
- **Lavez-vous soigneusement les mains** avant de toucher le masque.
- **Ne touchez pas l'intérieur** du masque.
- **Utilisez les extrémités des rubans** pour manipuler le masque afin que vos mains restent le plus loin possible de votre visage.

- **Si éléments de réglage** (*sangles, barrette nasale*) : **ajuster** pour épouser au mieux votre visage
- **Ne pas toucher le masque avec les mains lorsque vous le portez**
- **Lavez-vous les mains après retrait** du masque
- **Ne portez le masque que lorsque cela est nécessaire.** Dans le cas d'une quarantaine/isolation à la maison, par exemple, portez-le s'il y a d'autres personnes dans la même pièce.
- **Respectez les distances sociales** d'1m, 1m50 si possible
- Pour les masques lavables et réutilisables , ne pas utiliser les masques plusieurs fois ou plus d'un jour de suite sans les laver :
 - **Lavage** : Laisser tremper au moins 10 à 15 minutes dans de l'eau chloré et du détergent (savon).
 - **Séchage** : Accrocher dans un endroit propre au soleil et utiliser le fer à repasser (< 70°C) pour éliminer tout risque de contamination avant utilisation.