



FICHE N°7 : PORT DU MASQUE

PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE EN ES TO

COMMENT BIEN PORTER SON MASQUE



Avant de mettre ou enlever le masque lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro-alcoolique.



Pour l'enlever :

Décrochez les lanières élastiques pour décoller le masque de votre visage.



Évitez de le toucher et de le déplacer



Ne mettez pas le masque dans votre poche ou votre sac après l'avoir porté. En attendant de le laver, isolez-le dans un sac en plastique.

ATTENTION : Ce masque ne remplace

Il ajoute une barrière physique, lorsque vous êtes e



Lavez-vous très
régulièrement les
mains



Toussez ou
éternuez dans
votre coude ou
dans un mouchoir



l
mou
unic

PORT DU MASQUE OBLIGATOIRE EN ESPACE CLOS ET EN PLEIN AIR
POUR TOUS ET EN TOUT TEMPS

COMMENT BIEN PORTER SON MASQUE?

Avant de mettre ou enlever le masque,

lavez-vous les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro-alcoolique.

Pour le mettre :

Tenez le masque par les lanières élastiques.
Ajustez le masque de façon à recouvrir le nez, la bouche et le menton.

Pour l'enlever :

Décrochez les lanières élastiques pour décoller le masque de votre visage.

Il faut changer le masque :

Quand vous avez porté le masque 4h.
Quand vous souhaitez boire ou manger.
Si le masque s'humidifie.
Si le masque est endommagé.

Évitez de le toucher et de le déplacer.

Ne le mettez jamais en position d'attente sur le front ou sur le menton.

Ne mettez pas le masque dans votre poche ou votre sac après l'avoir porté. En attendant de le laver, isolez-le dans un sac en plastique.

Attention: si vous êtes malade, ce masque n'est pas adapté. Demandez l'avis de votre médecin.

ATTENTION : Ce masque ne remplace pas les gestes barrières. Il ajoute une barrière physique, lorsque vous êtes en contact étroit avec d'autres personnes.

Lavez-vous très régulièrement les mains
Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir
Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le
Saluez sans se serrer la main, évitez les embrassades
Respecter une distance de 1 mètre

DOIS-JE PORTER MON MASQUE SI ...

... je respecte la distanciation d'un mètre ?

Oui, c'est l'association du port du masque et de la distanciation physique qui permettent une protection efficace.

... je fais une pause à l'extérieur ?

Oui, le masque est obligatoire en espace clos et en plein air.

... je travaille en bureau partagé ?

Oui, le masque doit être porté dans les bureaux partagés.

... et en réunion ?

Encore une fois, oui, le masque est aussi obligatoire dans les salles de réunion.

... je suis seul dans un bureau individuel ?

Non, mais il doit être remis lorsqu'on reçoit un visiteur et dès qu'on sort du bureau.

COMMENT ENTRETENIR SON MASQUE ?

Laver le masque à la machine avec de la lessive. Au moins 30 minutes à 60°C minimum



école
normale
supérieure

Fiche n°7 bis : Port du masque

DOIS-JE PORTER MON MASQUE SI ...

... je respecte la distanciation d'un mètre ?

Oui, c'est l'association du port du masque et de la distanciation physique qui permettent une protection efficace.



... je fais une pause à l'extérieur ?

Oui, le masque est obligatoire en espace clos et en plein air.

... je travaille en bureau partagé ?

Oui, le masque doit être porté dans les bureaux partagés.

... et en réunion ?

Encore une fois, oui, le masque est aussi obligatoire dans les salles de réunion.

... je suis seul dans un bureau individuel ?

Non, mais il doit être remis lorsqu'on reçoit un visiteur et dès qu'on sort du bureau.

COMMENT ENTRETENIR SON MASQUE ?



Lavez le masque à la machine avec de la lessive. **Au moins 30 min à 60°C minimum.**



Utiliser un sèche-linge ou un sèche-cheveux pour sécher votre masque, ou encore, le faire sécher à l'air libre sur une surface désinfectée.

Utiliser un sèche-linge ou un sèche-cheveux pour sécher votre masque, ou encore, le faire sécher à l'air libre sur une surface désinfectée.

Mise à jour le 29 septembre 2020

À TÉLÉCHARGER

[Fiche 7_port du masque.pdf](#) (PDF, 277 Ko)