

Du bon usage du masque grand public

INFORMATION     **#COVID_19**

Qu'est-ce qu'un "masque grand public" ?

- les masques grand public sont des masques filtrants en tissus, le plus souvent lavables et réutilisables,
- ils sont fabriqués en respectant un cahier des charges exigeant, élaboré par l'Agence nationale de sécurité des médicaments et produits de santé,
- ils ont des propriétés de filtration des gouttelettes contenant du virus : d'au moins 70% à plus de 90% de filtration des particules émises d'une taille égale à 3 microns,
- un logo obligatoire identifie facilement les masques grand public



Important : le port d'un masque grand public est préconisé dans certaines situations pour se protéger et protéger les autres. **Il ne se substitue en aucune manière au respect des gestes barrières et des règles de distanciation sociale**, rappelées ci-après :

Gestes barrières et distanciation sociale



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

Est-ce que les visières peuvent remplacer les masques grand public ?



Les visières sont un moyen supplémentaire de protection face aux virus transmis par les gouttelettes. Néanmoins, elles n'ont pas pour vocation de remplacer les masques pour le grand public. Les visières sont essentiellement utilisées en milieu hospitalier, où les soignants côtoient de nombreux malades.

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.



Ce masque n'est pas destiné au personnel soignant.

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

Comment fabriquer soi-même un masque ?

L'État met à la disposition de nos concitoyens les informations utiles pour identifier le matériel adapté, se le procurer et réaliser étapes par étapes son masque, avec ou sans machine à coudre, afin de garantir un haut niveau de protection, dans le respect des spécifications de l'AFNOR.

En savoir plus : <https://www.gouvernement.fr/fabriquer-un-masque-tutoriels-et-recommandations>

Fabriquer un masque : tutoriels et recommandations

Retrouvez sur cette page l'ensemble des informations mises à disposition par l'Etat pour réaliser un masque pas à pas dans le respect des spécifications de l'AFNOR (Association française de normalisation).

MATÉRIEL :

- Un tissu au maillage serré, ne laissant pas passer le soleil, permettant à l'air de passer pendant la respiration et suffisamment souple pour s'appliquer autour du visage. Deux à trois couches de tissu sont nécessaires, pour plus d'information sur les compositions textiles recommandées, rendez-vous sur www.IFTH.org.
- 2 rubans élastiques de 35cm

