



Avant une première utilisation, il est impératif de laver son masque à 60°C.

# COMMENT BIEN UTILISER son masque en tissu ?

## 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.**



Évitez de le toucher et de le déplacer.



**Pour le mettre :**

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



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.



**Pour l'enlever :**  
Décrochez les lanières élastiques pour décoller le masque de votre visage.



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



**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.



Ce masque n'est pas destiné au personnel soignant.

## 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 régulièrement les mains.



Toussez ou éternuez dans votre coude ou dans un mouchoir.



Utilisez un mouchoir à usage unique et jetez-le.



Saluez sans serrer la main, évitez les embrassades.



Respectez une distance de 1 mètre.

## Comment entretenir votre masque ?



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



Séchez votre masque au sèche-linge en veillant à nettoyer les filtres au préalable ou faites sécher votre masque à l'air libre, sur un support propre et désinfecté. Puis repassez-le à la vapeur. **Votre masque doit être sec en totalité en maximum 2h avant d'être rangé dans un endroit propre (un sac congélation par exemple).**