

Mondmaskers : ik bescherm jou - jij beschermt mij | 11/03/2021

Frans | Vertaald uit het Nederlands

Masques buccaux: je te protège – tu me protèges

Comment se protéger et protéger les autres ?

- 1 Restez à la maison si vous êtes malade
- 2 Lavez-vous les mains régulièrement
- 3 Gardez 1,5 mètre de distance avec les autres personnes.
- 4 Evitez autant que possible de voir d'autres personnes. Utilisez le téléphone, le chat, les emails.
- 5 Lorsque vous vous trouvez dans l'espace public (ex: dans le bus ou dans le train), couvrez votre bouche et votre nez avec un masque.

Pourquoi porter un masque ?

Le masque recouvre votre nez et votre bouche. Si vous éternuez, toussiez ou parlez, vous produisez de petites gouttes. Le masque retient ces petites gouttes.

Il y a donc moins de risque que quelqu'un tombe malade. Ou que les gouttes tombent sur un objet que d'autres personnes vont toucher.

Quand porter un masque?

C'est obligatoire pour les personnes à partir de 13 ans

- Dans les transports en commun, à l'arrêt de bus ou à la gare
- À l'école
- Au travail si vous ne pouvez pas garder 1,5 mètre de distance avec vos collègues.

C'est mieux de le faire aussi

- Dans les lieux où vous ne pouvez pas garder 1,5 mètre de distance. Par exemple : dans un magasin.
- Dans les lieux où beaucoup de personnes vont et touchent les objets. Par exemple: dans un magasin.
- Si vous avez des contacts avec une personne plus fragile. Par exemple : des personnes de plus de 65 ans, des personnes ayant des problèmes de cœur, de poumons ou de reins ou qui sont sensibles aux infections.
- Si vous êtes malade. Ainsi, vous ne rendez pas malade les personnes avec qui vous vivez. Si vous êtes malade, restez aussi à la maison.
- Si vous vous occupez de quelqu'un qui est malade.

Qui ne doit pas porter de masque ?

- Les enfants de moins de 13 ans. Ils pourraient l'utiliser de la mauvaise manière.
- Les personnes qui ne peuvent pas porter de masque à cause d'une maladie.

Comment faire un masque ?

Lisez ou regardez comment faire :

- [Instructions: comment faire un masque](#) (français, néerlandais, allemand, anglais)
- [Vidéo d'instructions](#)

Comment porter un masque en tissu ?

Regardez cette [vidéo](#).

Mettre son masque:

- Lavez-vous d'abord bien les mains.
- Mettez le masque. Ne touchez que les rubans ou élastiques.
- Mettez le masque d'abord sur votre nez et attachez les rubans du dessus.
- Mettez le masque sur votre menton. Attachez les rubans du dessous.
- Votre nez, votre bouche et votre menton doivent être sous le masque. Il ne peut pas y avoir d'ouverture sur le côté.

Porter son masque:

- Lorsque le masque est mis, ne le touchez plus.
- Votre masque n'est pas bien mis? Ne touchez que les côtés pour le remettre.
- Ne mettez pas et enlevez pas votre masque trop souvent.

Enlever le masque:

- Ne touchez que les rubans ou les élastiques.
- Après l'avoir enlevé, lavez-vous bien les mains.
- Vous devez enlever le masque un petit moment, pour boire par exemple ? Mettez-le dans un endroit propre ou dans un sac qui laisse passer l'air. Nettoyez ensuite l'endroit où vous avez mis votre masque.

Quand mettre un nouveau masque?

- Mettez un nouveau masque toutes les 8h.
- Le masque est sale ou humide ? Mettez immédiatement un nouveau.
- Vous devez beaucoup parler? Changez de masque après 4h. Par exemple : un professeur dans une classe.

Comment laver son masque ?

- Mettez les masques utilisés dans un sac en tissu fermé. Lavez-le avec le masque.

- Lavez le masque avec du produit à lessiver dans la machine à 60°C avec le reste de la lessive.
- Ou faites-le bouillir dans une casserole. Utilisez cette casserole uniquement pour les masques.
- Vous avez lavé votre masque à basse température ? Repassez-le ensuite à haute température.
- Vous avez touché un masque sale ? Par exemple pour le mettre dans la machine ? Lavez-vous bien les mains.
- Vous voulez remettre votre masque? Il doit d'abord être complètement sec. Vous avez donc besoin de deux masques.

Comment conserver son masque propre ?

- Mettez le sac en tissu avec les masques dans un endroit propre et fixe.
- Vous voulez mettre un masque propre ? Lavez-vous d'abord bien les mains. Ne prenez le masque que par les rubans ou les élastiques.
- Ne mettez pas le masque dans le congélateur ou le frigo. Le froid ne tue pas le virus et le masque peut contaminer vos aliments.