

## Comment bien utiliser un masque ?



• Avant de mettre le masque, lavez-vous ou désinfectez-vous les mains.



• Attrapez votre masque par les élastiques et placez-le sur votre visage.



• Dépliez-le de manière à ce que le nez et le menton soient bien couverts.



• Une fois que vous l'avez positionné, vous ne devez plus du tout le toucher.



• Lavez-vous ou désinfectez-vous de nouveau les mains après l'avoir enlevé.

## Les erreurs à éviter



• Porter son masque en dessous du nez ou ne couvrir que la pointe du nez.



• Porter son masque sans recouvrir son menton.



• Toucher son masque une fois qu'il est positionné.



• Baisser le masque sur son menton en le portant comme un collier, même brièvement.



• Réutiliser un masque après l'avoir enlevé.

## Comment faire pour boire et se moucher ?

- Lavez-vous les mains.
- Attrapez un des élastiques du masque sans toucher le tissu.
- Buvez ou mouchez vous.
- Lavez-vous les mains une nouvelle fois avant de replacer le masque en le manipulant avec le même élastique.

## Comment retirer son masque ?

- Saisissez uniquement le masque par ses élastiques ou liens.
- Lavez-vous les mains immédiatement après l'avoir retiré.

## Une fois retiré, que faire du masque ?

- Mettez-le dans la machine à laver ou placez-le dans un sac fermé en attendant de le laver.
- Lavez le masque à 60° ou à 90° (il peut être lavé avec d'autres vêtements).
- À l'issue du lavage, faites-le sécher à l'air libre ou au sèche-linge.

Accédez à la rubrique Covid-19 :

[www.communaute-urbaine-dunkerque/covid-19/](http://www.communaute-urbaine-dunkerque/covid-19/)



## Opération

« Un masque en tissu, lavable et réutilisable,  
pour chaque habitant de l'agglomération »

## Comment bien utiliser le masque ?

COVID-19

Dunkerque  
Grand Littoral  
COMMUNAUTE URBAINE



**Patrice Vergriete, Président de la CUD et Maire de Dunkerque a lancé un appel à la fabrication de masques afin que chaque habitant de la CUD en soit doté. La commune de Fort-Mardyck s'est associée à cette mobilisation en finançant une commande exceptionnelle de masques à destination des Fort-Mardyckois.**

La distribution des masques a débuté ; vous venez de recevoir par les équipes de la Ville le ou les masque(s) nécessaire(s) à l'équipement des membres de votre foyer.

Le masque en tissu qui vous est fourni est un masque fabriqué en référence aux normes de l'AFNOR qui est l'agence française de certification.

#### RAPPEL IMPORTANT

Ce masque ne constitue pas en soi une protection suffisante face au coronavirus.

Le masque évite surtout une large propagation du virus en limitant les effluves ou projections de postillons. Ainsi, il empêche ceux qui sont porteurs du virus sans le savoir de transmettre la maladie aux autres.

Même en le portant, les gestes barrières doivent donc continuer d'être appliqués, tout comme les règles de confinement encore en vigueur.

#### Les gestes barrières sont toujours indispensables



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans se serrer la main, éviter les ambrassades

Porter un masque peut donner un faux-sentiment de sécurité, il faut cependant toujours garder ses distances avec les autres pour mieux les protéger ! Une distance minimale d'un mètre doit continuer d'être observée entre les personnes.

#### Moins de risque... à condition de ne pas se toucher le visage !

Le masque alternatif en tissu constitue un complément aux indispensables gestes barrières face au coronavirus. Il réduit les contacts entre des mains (qui peuvent être porteuses du virus après contact avec des objets infectés) et la bouche ou le nez. Or, moins se toucher le visage, c'est réduire les points et les occasions d'entrée du virus dans l'organisme.

Il est donc indispensable de ne pas se toucher le visage (notamment sous le masque).

#### Quelques règles simples sont à observer dans son utilisation

- Il est aussi essentiel de se laver les mains juste avant de mettre son masque et immédiatement après l'avoir enlevé.
- Pour être efficace, le masque doit couvrir le nez, la bouche et le menton.
- De même, pour rappel, il est bien sûr très important de ne pas mettre ses mains sous le masque ou sur le masque pendant qu'il est porté.
- Enfin, il faut éviter de toucher le masque sur les parties qui recouvrent le visage (pour ajuster sa position par exemple). Il faut exclusivement le manipuler à l'aide des élastiques ou liens dont il est équipé.

#### Le port du même masque ne doit pas dépasser 4 heures.

Pour ôter votre masque, efforcez-vous de ne toucher que les élastiques ou les liens. Une fois retiré, il convient de le déposer directement dans la machine à laver ou dans un récipient fermé en attendant le lavage, et de se laver les mains immédiatement après l'avoir retiré.

#### Le masque en tissu qui vous a été remis peut être réutilisé après lavage quotidien.

Il est conseillé de privilégier le lavage en machine avec de la lessive. Le programme à 60° ou 90° pendant au moins 30 minutes est obligatoire. Le lavage avec d'autres vêtements est possible à cette température.

Après lavage, faites sécher le masque à l'air libre ou au sèche-linge.

Vous pourrez passer votre masque en tissu à la machine jusqu'à 30 fois.