

Masques barrières - Les bons gestes

Masques élaborés avec les recommandations de l'Afnor (*Association Française de NORmalisation*)

Ces masques anti-projection ou barrières vous sont offerts par **le Centre Intercommunal d'Action Sociale du Coeur de l'Avesnois**. Ils ont été réalisés par **les salariées des chantiers d'insertion Art déco et les Abeilles** d'après les recommandations de l'Afnor et dans le respect des gestes barrières.

Ce type de masque empêche la projection de vos postillons. Ainsi vous protégez les autres, et les autres, en portant un masque vous protègent également. Par conséquent, le risque de transmission du coronavirus diminue. Veillez à bien utiliser le masque qui vous est donné et à bien le laver avant de le porter.

Dans tous les cas le port d'un masque anti-projection complète les gestes barrières mais ne les remplace pas. Il peut permettre de diminuer votre pouvoir de contagion lorsque vous devez sortir (courses, transports en commun, démarches administratives...).

Pour être efficace le masque :

- Doit couvrir le nez, être placé sous le menton, être plaqué sur le visage grâce aux élastiques mis derrière les oreilles
- Ne doit pas être touché par les mains, ne doit pas être humide, ne doit être porté plus de 4 heures
- Est complémentaire avec le maintien du nettoyage régulier des mains

Les masques anti-projection sont contre-indiqués avant l'âge de 3 ans et pour toute personne dans l'incapacité de le retirer seul.

Continuer les gestes barrières :

- Se laver très régulièrement les mains
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter dans une poubelle fermée
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades
- Pour tenir la maladie à distance restez toujours à plus d'un mètre des autres.

En tout état de cause, le CIAS ne pourra être responsable en cas d'infection par le Covid.

Mettre son masque barrière:



1

Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro alcoolique avant toute manipulation du masque



2

Prendre le masque “en ne touchant que les élastiques ”
Vérifier qu’il ne présente aucun trou ni déchirure



3

Respecter le sens de pose : face imprimée vers l'intérieur.



4

Placer les élastiques derrière la tête, de part et d'autre des oreilles.



5

Bien positionner le masque
Placer le côté rembourré de la barette (si existante) sur la bosse du nez. Le bas du masque sur le menton



6

Pincer au niveau supérieur du nez, il ne présente aucun pli

Après avoir positionné votre masque ne le touchez plus

Enlever son masque barrière :

En cas de soif ou de faim, retirez toujours la protection par les élastiques. Ne tirez jamais votre masque vers votre cou ou sur le front sinon votre masque n'est plus efficace.



Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique avant toute manipulation du masque



Retirer le masque en saisissant les élastiques



Enlever le masque en tenant les élastiques sans toucher la partie centrale du masque

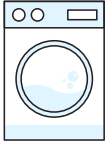


Placer le masque à **LAVER** dans le lave linge ou en attendant le lavage : dans un petit sac plastique propre ou dans une boîte hermétique (ensuite nettoyée à la javel), puis suivre les instructions, *comment entretenir son masque en tissu ?*



Se laver les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro alcoolique

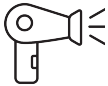
Comment entretenir son masque en tissu ?



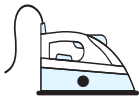
1. Mettre son masque usagé à la machine, avec une lessive classique, sans adoucissant. Il est possible de laver d'autres choses en même temps (draps ou serviettes par exemple).



2. Laver à 60° C pendant au moins 30 minutes.



3. Sécher le masque dans les 2 heures qui suivent (au sèche-linge, à l'air libre ou au sèche-cheveux)



4. Le repasser à la vapeur à une température compatible avec sa composition. Repassage à basse température maximum 110°C.

5. Inspecter le masque avant de le porter (les lavages successifs peuvent l'user, notamment au niveau des coutures).

Le jeter dans un sac en plastique s'il est abîmé.

⊗ A NE PAS FAIRE

Ne pas faire bouillir son masque pour le nettoyer, cela risquerait d'abîmer le tissu

Ne pas laver le masque à l'alcool ou à la javel, cela abîmerait le tissu et donc la capacité filtrante du masque

Ne pas congeler le masque, cela ne suffit pas à détruire l'agent viral

Ne pas mettre le masque dans le four

Ne pas se contenter d'un repassage ou d'un passage au sèche-cheveux, cela ne remplace pas un lavage en machine.