

## Porter un masque en public

Le coronavirus peut être transmis par des gouttelettes respiratoires et par contact. Des gouttelettes respiratoires sont générées lorsqu'une personne infectée tousse ou éternue. Toutes les personnes en contact étroit avec une personne présentant des symptômes respiratoires (toux, éternuements) risque de contracter le coronavirus. **Le port d'un masque peut vous protéger et protéger les autres contre le coronavirus. Si vous quittez la maison, utilisez un masque. Les masques peuvent être des masques en tissu réutilisables ou des couvre-visages culturels.**

**Veillez noter que le port d'un masque NE REMPLACE PAS l'éloignement physique. Vous devez rester à 2 mètres des personnes qui n'habitent pas chez vous.**

Les couvre-visages en tissu ne doivent pas être placés sur les jeunes enfants de moins de 2 ans ou toute personne qui a du mal à respirer. Il ne doit pas être placé sur une personne inconsciente, incapable ou autrement incapable de retirer le masque sans assistance.

Comment mettre et porter un masque en toute sécurité:

- Couvrez votre bouche et votre nez avec le masque et assurez-vous qu'il n'y a pas d'espace entre votre visage et le masque.
- Évitez de toucher le masque lorsque vous l'utilisez.
- Les masques doivent être complètement activés ou désactivés; ne pas porter ni se reposer sous le menton.
- Ne portez jamais de masque à l'envers.
- Éternuez ou tousssez dans votre coude avec votre masque ou votre visage.
- À votre retour, retirez le masque:
  - Lavez-vous les mains à l'eau et au savon.
  - Retirez le masque par derrière où il s'enroule autour de vos oreilles ou de votre tête. Ne touchez pas l'avant du masque lors de son retrait.
  - Ensuite, nettoyez-vous les mains avec du savon et de l'eau.

**Si possible, lavez votre masque tous les soirs avec du savon et de l'eau. Laissez-le sécher pendant une nuit dans un endroit sûr et stérile.**

**À quoi 2 mètres ressemblent :**

- Un âne adulte normal a un corps d'une longueur entre 1 mètre 50 et 2 mètre.
- Étendez vos bras loin de votre corps, faites un cercle au sol de la longueur de vos bras étendus. Imaginez une distance qui représente 3 fois la longueur de vos bras, il s'agit de 2 mètres.

