

**COVID-19**

## **BIEN UTILISER SON MASQUE**

### Comment mettre son masque



**1** Bien se laver  
les mains



**2** Mettre les élastiques  
derrière  
les oreilles

**OU**



**2** Nouer les lacets  
derrière  
la tête et le cou



**3** Pincer le bord rigide  
au niveau du nez,  
s'il y en a un, abaisser  
le masque en dessous  
du menton et ne plus  
le toucher

### Comment retirer son masque



**1** Se laver les mains  
et enlever le masque  
en ne touchant  
que les lacets  
ou les élastiques



**2** Après utilisation,  
le mettre dans un sac  
plastique et le jeter

**OU**



**2** s'il est en tissu,  
le laver à 60°  
pendant 30 min



**3** Bien se laver  
les mains  
à nouveau

**Le masque est un moyen de protection complémentaire  
qui ne remplace pas les gestes barrières**

