Covid-19 – Conseils pour le port du masque

Suite à la pandémie du coronavirus, le port du masque est vivement recommandé et obligatoire dans certaines conditions.

Cette mesure vise à vous protéger et à protéger les autres. Voici comment l'utiliser :

Avant de mettre un masque, se laver les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique. Séchez vos mais avec du tissu ou du papier jetable ou privilégiez votre propre essuie mains. **LE LAVAGE REGULIER DES MAINS pendant 40/60 secondes EST INDISPENSABLE !**

Appliquer le masque de façon à **recouvrir le nez et la bouche jusqu'au menton et veillez à l'ajuster au mieux sur votre visage.**

Vérifiez le sens du masque. Les plis de celui-ci doivent se mettre vers le bas afin d'éviter que la poussière ne puisse

pas tomber dans les plis.

 NE PLUS TOUCHER A LA SURFACE DE VOTRE MASQUE UNE FOIS MIS EN PLACE

 Chaque fois que l'on touche un masque usagé, se laver les mains AVANT ET APRES à l'eau et au savon ou à l'aide d'une solution hydroalcoolique.

 Lorsqu'il s'humidifie, le remplacer par un nouveau masque.

Il est souhaitable de le remplacer toutes les 4 heures par un masque propre.

 Pour retirer le masque : Lavez vous les mains à l'eau et au savon ou avec une solution hydroalcoolique, enlever le par derrière (ne pas toucher le devant du masque) et relavez vous les mains une fois le masque ôté.

 Si vous avez faim ou soif, décrochez un côté du masque après vous être lavé les mains et mettez-le sur le côté de votre visage et non sur votre menton. Les virus se trouvant sur l'avant du masque pourraient être inhalés et vous contaminer. Replacez ensuite votre masque et lavez vous les mains à nouveau.

 Pour les masques en tissu, lavez les à 60 ^{0} avec savon. Ne pas réutiliser des masques à usage unique (ces derniers se jettent dans une poubelle fermée).

 Nous restons à votre disposition, soyez prudent, prenez soin de vous et de vos proches.

L'équipe du centre PMS.

Centre PMS Wallonie-Bruxelles Enseignement de Tournai (Kain)