

# Bien porter un masque tissus pour se protéger et protéger les autres **du Covid-19**

**1** Se laver soigneusement les mains avec de l'eau et du savon avant de toucher le masque



**2** Le placer dans le bon sens, certains masques ont une couleur sur la face avant, elle doit donc se placer à l'extérieur. Quand ce n'est pas le cas, on repère les stries qui vont se déplier vers l'avant et placer les élastiques derrière les oreilles.

**3** Placer le masque sur le visage et pincer la partie pliable du masque autour de l'arête du nez pour qu'il s'adapte parfaitement



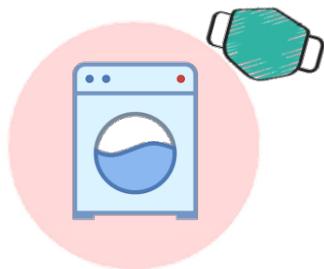
**4** Placer la partie inférieure du masque sous votre menton.



**5** Toujours retirer le masque par les élastiques et le laver. Il ne faut jamais toucher l'extérieur du masque, ni votre visage.

**Ne pas toucher le masque une fois posé !  
Porter le même masque 4 heures maximum**

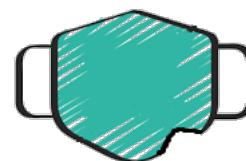
Comment laver et sécher son masque :



Laver-le à 60° avec votre lessive habituelle **SANS** adoucissant pendant au moins 30 minutes à la machine ou à la main



Sécher-le dans les **2 heures** au sèche-linge **OU** au sèche-cheveux



A la moindre détérioration (trou, déformation) jeter le masque

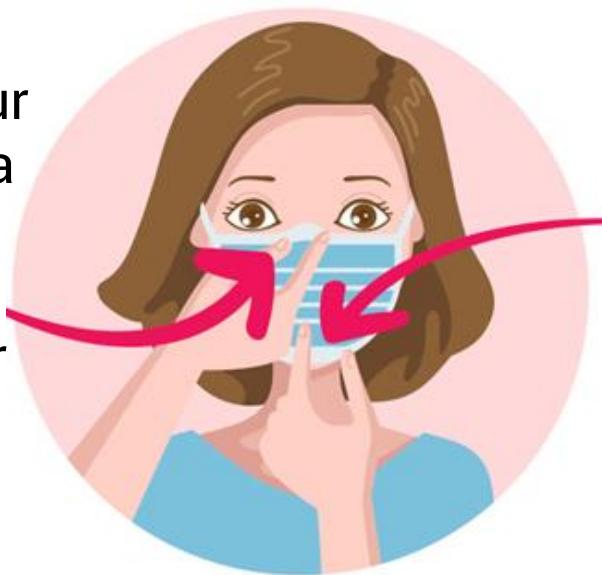
# Bien porter un masque tissus pour se protéger et protéger les autres **du Covid-19**

**1** Se laver soigneusement les mains avec de l'eau et du savon avant de toucher le masque



**2** Le placer dans le bon sens, certains masques ont une couleur sur la face avant, elle doit donc se placer à l'extérieur. Quand ce n'est pas le cas, on repère les stries qui vont se déplier vers l'avant et placer les élastiques derrière les oreilles.

**3** Placer le masque sur le visage et pincer la partie pliable du masque autour de l'arête du nez pour qu'il s'adapte parfaitement



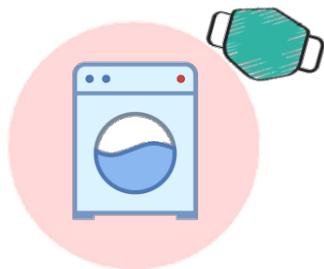
**4** Placer la partie inférieure du masque sous votre menton.



**5** Toujours retirer le masque par les élastiques et le laver. Il ne faut jamais toucher l'extérieur du masque, ni votre visage.

**Ne pas toucher le masque une fois posé !  
Porter le même masque 4 heures maximum**

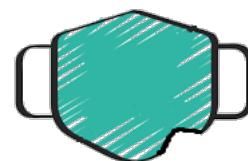
Comment laver et sécher son masque :



Laver-le à 60° avec votre lessive habituelle **SANS** adoucissant pendant au moins 30 minutes à la machine ou à la main

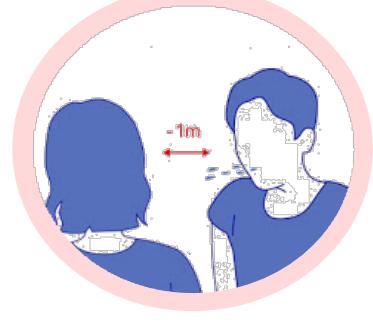
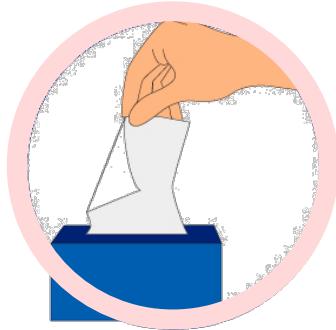


Sécher-le dans les **2 heures** au sèche-linge **OU** au sèche-cheveux



A la moindre détérioration (trou, déformation) jeter le masque

# Continuez à appliquer les gestes barrières



Se laver très régulièrement les mains

Tousser ou éternuer dans votre coude

Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter

Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Se tenir à au moins 1 mètre des autres

Les professionnels de santé du territoire sont là pour vous accompagner.



L'ensemble des professionnels de santé de votre commune ont mis en place des règles afin d'éviter tout risque de contamination par le covid-19 pour les patients, et sont là pour vous aider et vous orienter.

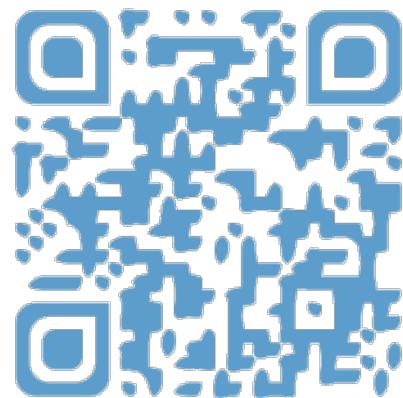
N'hésitez pas à contacter votre médecin pour tout problème de santé.

*Si vous avez contracté le covid-19 ou que vous avez un doute pensez bien à prévenir les professionnels de santé que vous êtes amené à voir afin qu'ils prennent les mesures nécessaires pour éviter tout risque.*

Vous pensez avoir des symptômes du Covid-19 et vous souhaitez savoir quel comportement adopter ?

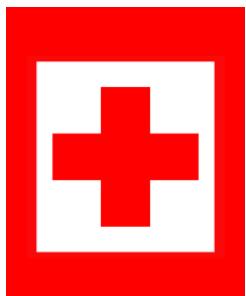
Scanner ce QR code afin de remplir le questionnaire d'orientation.

*Attention ce questionnaire a uniquement pour objectif de vous orienter en fonction de votre état de santé et des symptômes que vous déclarez. L'avis qu'il fournit n'a pas de valeur médicale.*

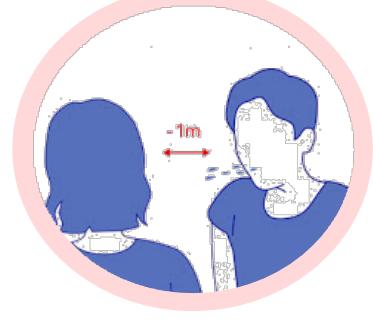
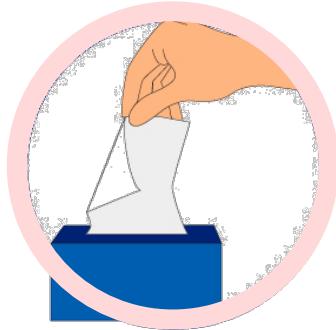


En cas de doute, vous pouvez contacter:

- Votre médecin traitant
- Le 15



# Continuez à appliquer les gestes barrières



Se laver très régulièrement les mains

Tousser ou éternuer dans votre coude

Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter

Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Se tenir à au moins 1 mètre des autres

Les professionnels de santé du territoire sont là pour vous accompagner.



**L'ensemble des professionnels** de santé de votre commune ont mis en place des règles afin d'éviter tout risque de contamination par le covid-19 pour les patients, et sont là pour vous aider et vous orienter.

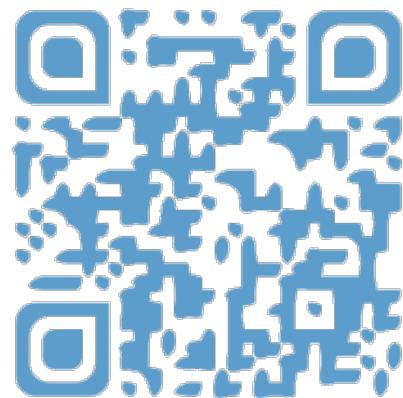
N'hésitez pas à contacter votre médecin pour tout problème de santé.

*Si vous avez contracté le covid-19 ou que vous avez un doute pensez bien à prévenir les professionnels de santé que vous êtes amené à voir afin qu'ils prennent les mesures nécessaires pour éviter tout risque.*

Vous pensez avoir des symptômes du Covid-19 et vous souhaitez savoir quel comportement adopter ?

Scanner ce QR code afin de remplir le questionnaire d'orientation.

*Attention ce questionnaire a uniquement pour objectif de vous orienter en fonction de votre état de santé et des symptômes que vous déclarez. L'avis qu'il fournit n'a pas de valeur médicale.*



En cas de doute, vous pouvez contacter:

- Votre médecin traitant
- Le 15

