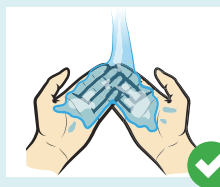


# Les règles d'or du masque



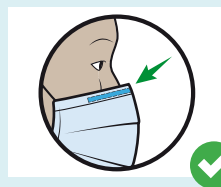
## À FAIRE



**Lavez-vous** les mains avant de mettre le masque



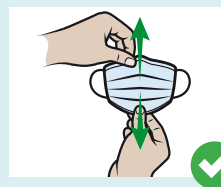
**Vérifiez** s'il y a des déchirures ou des perforations



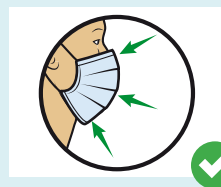
**Placez** la pièce en métal ou le bord rigide sur votre nez



**Assurez-vous** que le côté coloré fait face à l'extérieur



**Dépliez** le masque



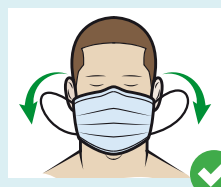
**Recouvrez** la bouche, le nez et le menton



**Ajustez** le masque sans laisser de grands espaces sur les côtés



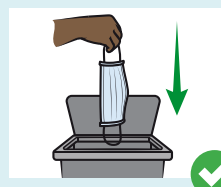
**Évitez** de toucher le masque



**Retirez** le masque par les attaches derrière les oreilles ou la tête



**Éloignez** le masque de vous et des surfaces après l'avoir retiré

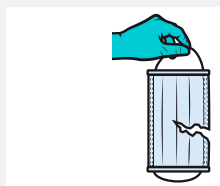


**Jetez** le masque après usage, de préférence dans une poubelle avec couvercle



**Lavez-vous** les mains après avoir jeté le masque

## À ÉVITER



**NE PAS** utiliser un masque déchiré ou humide



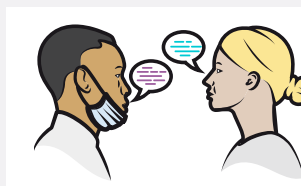
**NE PAS** porter le masque sous le nez ou la bouche



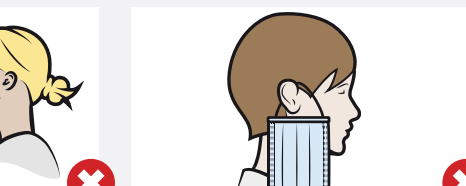
**NE PAS** porter un masque trop ample



**NE PAS** toucher le devant du masque



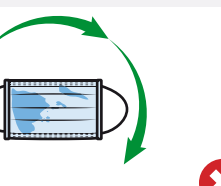
**NE PAS** enlever le masque pour parler à quelqu'un



**NE PAS** laisser pendre votre masque autour de votre oreille



**NE PAS** laisser votre masque usagé à la portée des autres



**NE PAS** réutiliser le masque



**Souvenez-vous que les masques et autres EPI sont contaminés après utilisation.**  
Le lavage des mains est indispensable avant et après le retrait du masque puisque celles-ci touchent l'extérieur de votre EPI.