

PETIT GUIDE PRATIQUE DU MASQUE

Le port du masque est obligatoire pour les élèves à partir de la 5^e année du primaire.
Comment bien le porter ? À quel moment ? Suis notre guide !

ESSAIE DIFFÉRENTS MODÈLES

LE MASQUE* IDÉAL :

- a au moins deux à trois couches de tissu et te laisse respirer facilement ;
- est de la bonne taille et convient à la forme de ton visage : ni trop collé ni trop ample ;
- couvre ton nez et ta bouche : s'il est bien placé, il ne doit plus bouger ;
- est confortable !



* On parle ici d'un masque en tissu lavable et réutilisable

PRÉVOIS DE DEUX À TROIS MASQUES PROPRES PAR JOUR POUR L'ÉCOLE.



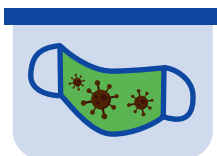
CHACUN DANS SON SAC !



Sac pour masques propres (deux à trois)

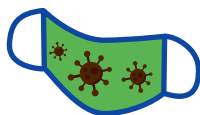


Sac de transition (le masque est placé ici pour être réutilisé).



Sac pour masques sales

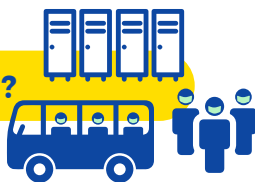
CHANGE-LE POUR UN PROPRE :



- si tu éternues à l'intérieur
- s'il devient humide ou mouillé
- s'il est sale
- si tu as une toux avec des sécrétions
- si tu l'échappes au sol

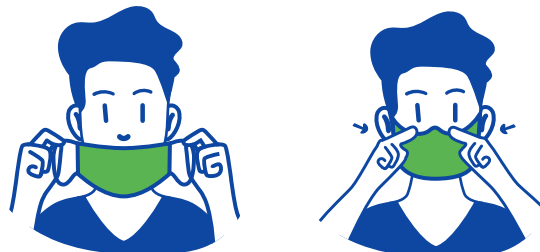
QUAND PORTER LE MASQUE ?

- Lors de tes déplacements en autobus
- Dans les espaces publics
- Dans les corridors de l'école



Tu peux enlever ton masque une fois assis à ta place dans la classe.

MANIPULE-LE AVEC SOIN



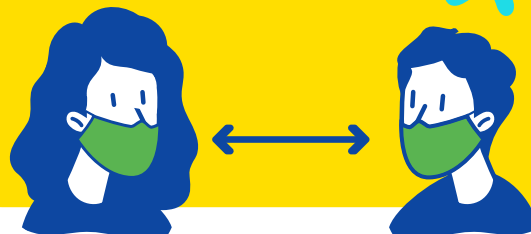
Manipule ton masque avec des mains propres si possible. Mets ton masque en utilisant les élastiques ou les cordons. Ajuste-le sur ton nez en pinçant pour ne pas laisser d'espace. Si tu portes des lunettes, cela les empêchera de s'embuer.

Tu dois l'ôter ? Utilise les élastiques et plie-le afin que la partie extérieure du masque soit repliée sur elle-même. S'il est encore propre, tu peux le ranger dans le sac de transition.

SI TU POSSÈDES UN MASQUE DE COULEUR UNIFORME, IDENTIFIE LE CÔTÉ EXTÉRIEUR OU INTÉRIEUR POUR NE PAS TE TROMPER.



MÊME EN PORTANT UN MASQUE, ON DOIT CONTINUER À SUIVRE LES RÈGLES DE DISTANCIATION PHYSIQUE ET SE LAVÉR RÉGULIÈREMENT LES MAINS.



Texte : Annie Labrecque Visuel : Patricia Rioux

JE TE PROTÈGE, TU ME PROTÈGES

Le masque protège les gens autour de toi. Quand on attrape le virus, on peut le transmettre sans le savoir, quelques jours avant les premiers symptômes. Le virus se trouve dans des microgouttelettes de salive invisibles à l'œil nu. En bloquant ces microgouttelettes, le masque empêche la propagation du virus.

Les **explorateurs** et **les débrouillards**

Merci à la Dre Chantal Sauvageau, médecin spécialiste en santé publique et médecine préventive de l'Institut national de santé publique du Québec.