

## RENSEIGNEMENTS SUR LA COVID-19

# DIRECTIVES POUR LE PORT DE MASQUES NON MÉDICAUX À L'INTENTION DU GRAND PUBLIC

## Aperçu

La COVID-19 peut être transmise par des personnes infectées qui ne présentent pas encore de symptômes ou qui n'en manifesteront peut-être jamais.

Les masques, y compris les masques en tissu faits maison ou les masques non médicaux, sont un autre moyen de réduire le risque de propagation de la COVID-19 dans les endroits où il est difficile, voire impossible de respecter l'éloignement physique (deux mètres de distance entre les personnes).

## Atténuation des risques associés à la COVID-19

|   |  |
|---|--|
| <b>Pourquoi porter un masque?</b>                                   | <ul style="list-style-type: none"><li>• Les masques sont un autre outil qui <b>complète (sans les remplacer)</b> d'autres mesures qui se sont avérées efficaces pour ralentir la propagation de la COVID-19 entre les personnes.</li><li>• Il n'a pas été prouvé que le port d'un masque dans les lieux publics protégeait la personne qui le porte, cependant, il peut s'agir d'une mesure supplémentaire que vous pouvez prendre pour protéger les personnes qui vous entourent en empêchant vos gouttelettes de salive de contaminer d'autres personnes, des surfaces ou des objets.</li><li>• L'utilisation incorrecte d'un masque peut entraîner une propagation accidentelle de l'infection, en dépit de vos bonnes intentions. Il est donc <b>essentiel</b> que vous utilisiez et jetiez votre masque correctement.</li><li>• Le port du masque doit être utilisé <b>conjointement</b> avec d'autres mesures telles que les suivantes :<ul style="list-style-type: none"><li>○ Rester chez soi lorsque l'on est malade – s'isoler immédiatement en cas de symptômes de la COVID-19 : toux, fièvre, essoufflement, écoulement nasal ou mal de gorge.</li><li>○ Respecter l'éloignement physique.</li><li>○ Télécharger et utiliser l'application mobile de recherche des contacts <a href="#">ABTraceTogether</a> (en anglais seulement) lorsqu'on sort en public.</li><li>○ Se laver régulièrement les mains à l'eau et au savon pendant au moins 20 secondes.</li><li>○ Tousser ou éternuer dans un mouchoir ou dans son coude.</li><li>○ Éviter de se toucher le visage avec les mains sales.</li></ul></li></ul> |
| <b>Quand porter un masque?</b>                                      | <p>Dans les endroits où il peut s'avérer difficile de rester à deux mètres de personnes ne faisant pas partie de votre ménage (pour une période prolongée, c.-à-d. 15 minutes ou plus). Par exemple :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• transports en commun;</li><li>• épiceries;</li><li>• pharmacies;</li><li>• salons de coiffure;</li><li>• avions;</li><li>• certains magasins de détail.</li></ul>  |
| <b>Quand ne pas porter de masque?</b>                               | <ul style="list-style-type: none"><li>• Lorsqu'il est sale, déchiré ou endommagé d'une quelconque façon;</li><li>• Si un enfant a moins de deux ans;</li><li>• En cas de difficultés respiratoires.</li></ul>  |
| <b>Comment porter un masque avec boucles latérales ou attaches?</b> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Avant de mettre le masque, se laver les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes ou avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool (au moins 60 %).</li><li>• S'assurer de dégager les cheveux du visage.<ul style="list-style-type: none"><li>○ Un masque non médical peut être utilisé de façon sécuritaire par les personnes qui portent une barbe ou une moustache.</li></ul></li><li>• Vérifier que le masque n'est pas endommagé, le jeter si c'est le cas.</li><li>• Déplier le masque complètement de façon à couvrir le visage du nez au-dessous du menton.</li></ul>  |

# DIRECTIVES POUR LE PORT DE MASQUES NON MÉDICAUX À L'INTENTION DU GRAND PUBLIC

|   |   |
|---|---|
|   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Placer le masque sur le nez et la bouche. L'attacher autour de la tête à l'aide des attaches ou mettre les boucles latérales autour de ses oreilles (selon le type de masque).</li> <li>Si le masque est doté d'une bande nasale, la pincer sur le nez afin de réduire tout espace entre le visage et le masque.</li> <li>Au besoin, ajuster le masque de manière à couvrir entièrement le nez et la bouche.</li> <li>Pendant que l'on porte un masque, il est important d'éviter de le toucher; s'il faut l'ajuster, se laver les mains avec de l'eau et du savon ou un désinfectant pour les mains à base d'alcool avant et après l'avoir touché.</li> <li>Le nez, la bouche et le menton doivent être couverts en tout temps jusqu'au moment de retirer le masque.</li> </ul>   |
| <p><b>Comment retirer un masque avec boucles latérales ou attaches?</b></p>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Retirer le masque s'il est mouillé, déchiré, sale ou si les boucles latérales ou les attaches sont endommagées.</li> <li>Se laver les mains avec de l'eau chaude et du savon pendant au moins 20 secondes ou avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool contenant au moins 60 % d'alcool <b>avant</b> de retirer le masque.</li> <li>Ne pas toucher l'avant du masque. Retirer le masque en défaisant les attaches ou en retirant les boucles latérales.</li> <li>Jeter le masque dans une poubelle doublée d'un sac et se laver les mains avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes ou avec un désinfectant pour les mains à base d'alcool (contenant au moins 60 % d'alcool).</li> </ul>   |
| <p><b>Ce qu'il ne faut pas faire avec son masque</b></p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ne pas se toucher le visage sous le masque.</li> <li>Ne pas porter un masque déchiré, visiblement sale ou mouillé, ou un masque dont les boucles latérales ou les attaches sont endommagées.</li> <li>Ne pas porter le même masque pendant une période prolongée, il doit être changé lorsqu'il est humide.</li> <li>Ne pas échanger ses masques avec une autre personne.</li> <li>Ne pas porter son masque sous le nez ou le menton.</li> <li>Le port du masque ne doit pas vous donner un faux sentiment de sécurité; les masques sont destinés à être utilisés en complément d'autres mesures, telles que l'éloignement physique (si possible) et le lavage des mains.</li> </ul>   |
| <p><b>Comment entretenir les masques?</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Entreposer, utiliser, réutiliser et jeter toujours les masques conformément aux instructions du fabricant, le cas échéant.</li> <li>Ranger les masques de manière à éviter les salissures ou les endommagements (par exemple dans un sac de rangement scellé et propre).</li> <li>Placer les masques dans un endroit sec du domicile.</li> <li>Étiqueter les sacs de rangement afin que personne d'autre ne les utilise par inadvertance.</li> </ul>   |
| <p><b>Facteurs à prendre en compte au moment de fabriquer ou d'acheter un masque en tissu</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Type de tissu             <ul style="list-style-type: none"> <li>Le masque doit être composé de plusieurs épaisseurs de tissu à maille serrée – l'idéal étant quatre épaisseurs.</li> <li>Utiliser une combinaison de tissus différents tels qu'un coton à tissage serré (p. ex. des taies d'oreiller ou des draps en coton de 600 fils au pouce carré) associé à un tissu en polyester ou en polypropylène obtenus par filage direct.</li> <li>Dans la mesure du possible, utiliser des tissus ou des couleurs différents pour chaque côté du masque. Il sera ainsi plus facile de distinguer les faces intérieures (à placer sur la bouche) et extérieures.</li> <li>Choisir un tissu résistant aux cycles répétés de lavage et de séchage en machine.</li> </ul> </li> <li>Lavage à la machine             <ul style="list-style-type: none"> <li>Placer le masque en tissu directement dans la machine à laver ou dans un sac qui pourra être vidé dans celle-ci. Jeter le sac après l'avoir utilisé pour entreposer les masques usagés.</li> <li>Laver le masque avec d'autres articles à haute température, puis le sécher complètement.</li> <li>Inspecter le masque avant de l'utiliser une nouvelle fois afin de s'assurer qu'il a gardé sa forme après le lavage et le séchage.</li> <li>Se laver les mains immédiatement après avoir manipulé un masque usagé.</li> </ul> </li> </ul> |

# DIRECTIVES POUR LE PORT DE MASQUES NON MÉDICAUX À L'INTENTION DU GRAND PUBLIC

|  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• Fabriquer son masque<ul style="list-style-type: none"><li>○ Il existe de nombreuses façons de fabriquer un masque en tissu. Santé Canada fournit des instructions pour la réalisation de masques cousus ou non cousus où figurent les types de tissu pouvant être utilisés. Consulter le site Web de Santé Canada pour obtenir davantage de renseignements.</li></ul></li><li>• Acheter un masque en tissu<ul style="list-style-type: none"><li>○ Le gouvernement de l'Alberta ne soutient aucun fournisseur particulier de masques non médicaux en tissu.</li><li>○ Ne pas oublier pas qu'il faut vérifier que le masque est composé de plusieurs épaisseurs de tissus, qu'il s'adapte parfaitement au visage, qu'il permet de bien respirer et qu'il peut être lavé à la machine.</li></ul></li></ul> |
|--|---|