



# Quand j'utilise le masque en tissu...



## Avant



Je me lave les mains.



Je prends le masque par les attaches, le bord rigide vers le haut (s'il y en a).



Je place le masque sur mon visage.

- 1 Je place correctement les attaches.
- 2 Je presse le bord rigide sur mon nez.
- 3 J'ajuste le masque pour qu'il couvre mon menton.



## Pendant



Je ne touche pas :

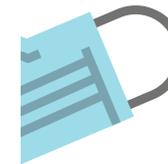
- mon visage,
- mon masque,
- ni ceux des autres.



Je change le masque dès qu'il est souillé ou après 4h d'utilisation.



## Après



J'enlève le masque par les attaches.



Je le mets dans un sac plastique.



Je me lave les mains.



Je n'hésite pas à demander de l'aide en cas de besoin.