



Porter un masque



Porter un masque est utile.

Le masque est utile lorsque je suis malade.

Le masque évite de transmettre la maladie aux autres.

Le masque est utile pour éviter de tomber malade.

Le masque protège la bouche et le nez.

La protection du masque évite que les autres me transmettent leur maladie.

Le masque est utile si les distances de sécurité ne sont pas respectées.

Les distances de sécurité c'est lorsque je suis à un mètre de l'autre.

Par exemple le masque est utile au travail, dans les transports, dans les magasins.

Avant de mettre mon masque je dois me laver les mains.

Je me lave les mains à l'eau et au savon.

Je me lave les mains trente secondes.

Je me lave les mains et entre les doigts.

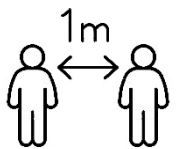
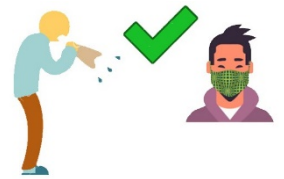
Je peux aussi me laver les mains avec un gel hydroalcoolique.

Pour mettre mon masque je dois prendre le masque par les élastiques.

Je prends un élastique dans chaque main.

Je place les élastiques derrière mes oreilles.

Je fais attention que mon masque recouvre ma bouche et mon nez.



Mon masque doit descendre sous mon menton.



Je peux toucher les bords de mon masque, en haut et en bas.

Je touche mon masque pour bien le placer.

Mon masque est bien mis, je n'y touche plus.



Je peux garder mon masque quatre heures.

Après quatre heures je dois changer mon masque.



Avant de retirer mon masque je dois me laver les mains.

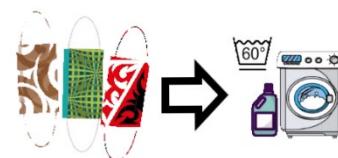
Je retire mon masque en tenant les élastiques.



Si mon masque est en papier je le mets directement dans la poubelle prévue



Si mon masque est en tissus je le mets directement à laver.



Après avoir retiré mon masque je dois me laver les mains.



Je peux laver mon masque en machine à soixante degrés.



Ce document est rédigé en « Facile à lire et à comprendre », méthode européenne permettant une accessibilité des informations aux personnes déficientes intellectuelles, dans tous les domaines de la vie. Ce document a été rédigé par le groupe FALC de l'Adapei 45.

© European Easy-to-read Logo : Inclusion Europe