

COMMENT LUTTER EFFICACEMENT CONTRE LA PROPAGATION DU CORONAVIRUS COVID-19 ?

JE PORTE UN MASQUE !

COMMENT METTRE MON MASQUE EN TISSU ?

AVANT DE SORTIR

EN LE PORTANT

EN REVENANT CHEZ SOI



Je me lave
les mains
pendant 30'
minimum



Je pose le
masque sur
mon visage



Je recouvre mon
visage du nez
au menton



Je ne le touche
et ne le déplace
plus



Je retire le
masque par
les élastiques



Je le place dans
un sac spécifique
avant un lavage
à 60°



Je me lave
les mains

*Il est impératif de laver le masque avant sa première utilisation.
Pour le nombre maximum de lavage, se référer à la notice d'utilisation.*

COMMENT METTRE MON MASQUE CHIRURGICAL ?



Je me lave
les mains
pendant 30'
minimum



Je tourne mon
masque dans la
bonne direction
(bord rigide
en haut, face
blanche vers moi)



J'attache le haut
de mon masque



Je pince le bord
rigide pour
l'ajuster à mon
nez



J'attache le bas
de mon masque



Pour le retirer, je
ne touche que les
attaches



Je jette mon
masque et je
me lave les
mains

*Un masque chirurgical est conçu pour un usage unique.
Il doit être changé dès qu'il devient humide et au moins toutes les 4 heures.*

COMMENT METTRE MON MASQUE FFP2 ?



Je me lave
les mains
pendant 30'
minimum



Je tourne mon
masque dans la
bonne direction
(bord rigide en
haut)



Je passe les
élastiques
derrière la tête,
de part et d'autre
des oreilles



Je vérifie que
le masque
couvre bien
mon menton



Je pince le bord
rigide pour
l'ajuster
à mon nez



Pour le retirer,
je ne touche
que les attaches



Je jette mon
masque et je
me lave les
mains

Un masque FFP2 filtre l'air inhalé et rejeté par le porteur. Une fois retiré, le masque ne doit pas être réutilisé. La durée de port doit être conforme à la notice d'utilisation. Dans tous les cas, elle sera inférieure à 8 heures sur une seule journée.

JE CONTINUE À ADOPTER LES GESTES BARRIÈRES !



Je me lave très
régulièrement
les mains pendant 30
secondes minimum



Je tousse et j'éternue
dans mon coude ou
dans un mouchoir

J'utilise un mouchoir
à usage unique
et je le jette



Je salue sans serrer la main,
j'évite les embrassades
et je reste à 1 mètre
minimum de distance



Pour le suivi de vos pathologies chroniques ou aiguës, contactez votre médecin traitant.
Les professionnels de santé se sont organisés pour vous accueillir en toute sécurité.

SI VOUS AVEZ DES SYMPTÔMES (FIÈVRE/TOUX)

Appelez un médecin (médecin traitant, téléconsultation) et restez à votre domicile
en essayant de vous isoler des autres membres du foyer.

TOUTE L'INFORMATION À JOUR SUR :

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>

POUR TOUTES VOS QUESTIONS :

N° Vert 0 800 130 000

Ouvert 24h / 24 et 7 jours / 7



Dans le cadre du **Contrat Local de Santé 2020-2023** qui les lie, la Communauté de Communes du Haut-Béarn et la Communauté de Communes de la Vallée d'Ossau vous proposent ce document d'information. Les deux intercommunalités vous accompagnent au quotidien dans la lutte contre le COVID-19.