

Améliorez la protection offerte par votre masque

Version accessible : <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/effective-masks.html>



Lorsque vous choisissez un masque, vérifiez qu'il s'adapte à votre visage et qu'il filtre bien l'air, et vérifiez de combien de couches il est composé :

- 1 Assurez-vous que votre masque épouse étroitement les contours de votre visage.
- 2 Choisissez un masque à plusieurs couches permettant de retenir les gouttelettes que vous émettez en respirant et d'empêcher celles des autres de vous atteindre.

N'oubliez pas...

Améliorez l'ajustement au visage



Choisissez un masque doté d'une **barrette nasale**

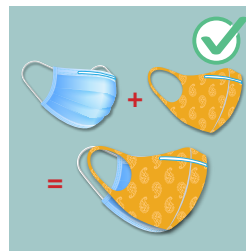


Utilisez un **adaptateur** ou **support de masque**



Assurez-vous **qu'il épouse étroitement** votre nez, votre bouche et votre menton

Ajoutez des couches de matériau

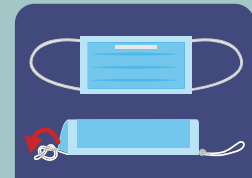


Deux façon d'ajouter des couches

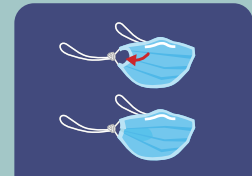
- Utilisez un masque en tissu composé de plusieurs couches de tissu.
- Portez un masque à usage unique sous un masque en tissu. Le masque en tissu doit plaquer les bords du masque à usage unique contre votre visage.

Assurez-vous que vous pouvez voir et respirer aisément

Nouez et ajustez les bouches d'un masque à 3 couches derrière les oreilles



Nouez les boucles derrière les oreilles



Pliez et rentrez tout matériau inutile



Vérifiez qu'il s'ajuste bien

Ne PAS...



Combiner deux masques à usage unique



Associer un masque KN95 à n'importe quel autre type de masque



[cdc.gov/coronavirus](https://www.cdc.gov/coronavirus)