

Utilisation de Masques en Tissu pour Ralentir la Progression du COVID-19

Comment Porter un Masque en Tissu

Les Masques en Tissu Doivent—

- s'adapter parfaitement et confortablement sur les côtés du visage
- être fixés à l'aide d'attaches ou de contours d'oreille
- être composés de plusieurs couches de tissu
- permettre de respirer librement
- pouvoir être lavés et séchés en machine sans qu'ils soient abimés ou qu'ils changent de forme

CDC sur Les Masques en Tissu Artisanaux

Le CDC recommande le port de masques en tissu dans les lieux publics où les mesures de distanciation sociale sont difficiles à respecter (par ex : supermarchés et pharmacies), **notamment** dans les zones de contamination communautaire importante.

Le CDC recommande également l'utilisation de masques en tissu simples pour ralentir la progression du virus et aider les personnes atteintes par le virus sans le savoir à ne pas le transmettre à d'autres personnes. Les masques en tissu fabriqués à partir d'objets du quotidien ou fabriqués à la maison à partir de matériaux courants à faible coût sont considérés comme une mesure complémentaire volontaire de santé publique.

Les masques en tissu ne doivent pas être utilisés par des enfants de moins de 2 ans, par toute personne souffrant de troubles respiratoires, par une personne inconsciente, en situation d'incapacité ou dans l'impossibilité de retirer le masque sans assistance. Les masques en tissu recommandés ne sont pas des masques chirurgicaux ni des masques avec respirateur N-95. Ces derniers doivent être réservés au personnel médical et autres personnels de première ligne, ainsi que le recommande le CDC.

Faut-il laver les masques en tissu ou les nettoyer régulièrement? À quelle fréquence?

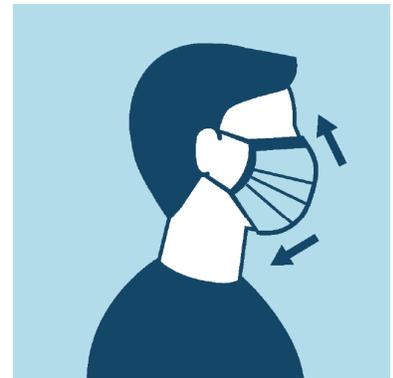
Oui. Ils doivent être régulièrement lavés en fonction de leur fréquence d'utilisation.

Comment stériliser/nettoyer en toute sécurité un masque en tissu?

La machine à laver doit suffire à nettoyer correctement un masque en tissu.

Comment retirer en toute sécurité un masque en tissu?

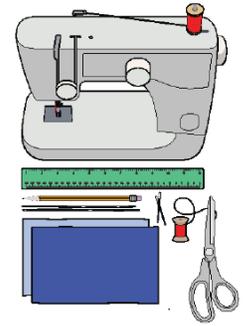
Il faut faire attention à ne pas vous toucher les yeux, le nez et la bouche lorsque vous retirez le masque en tissu ; lavez-vous les mains immédiatement après l'avoir enlevé.



Masque en Tissu Cousu

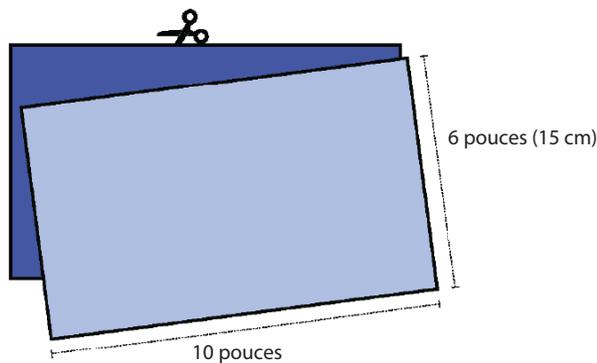
Matériaux

- Deux rectangles de 10"x6" (25x15 cm) en coton
- Deux élastiques de 6" (15 cm) (ou élastiques en caoutchouc, ficelle, bandes de tissu ou attaches pour cheveux)
- Aiguille et fil (ou épingle à cheveux)
- Ciseaux
- Machine à coudre

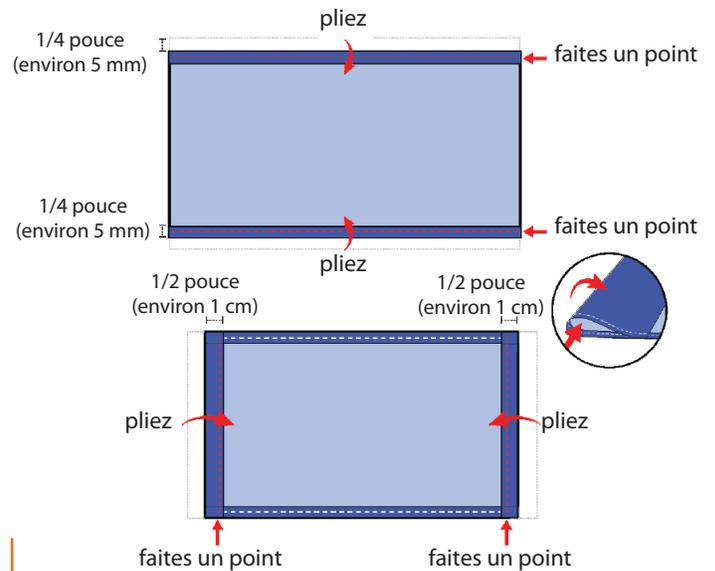


Mode d'emploi

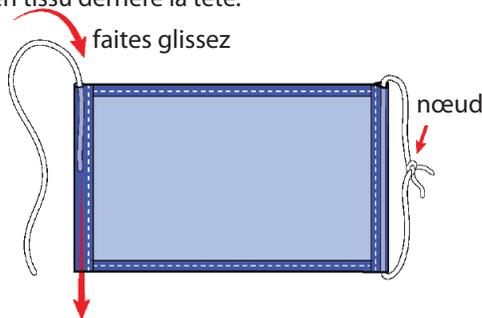
1. Découpez deux rectangles de 10" par 6" (25 x 15 cm) dans du coton. Utilisez du coton à tissage serré, à l'instar d'un tissu matelassé ou de draps en coton. Le tissu d'un T-shirt peut faire l'affaire. Superposez les deux rectangles, cousez le masque en tissu comme s'il s'agissait d'un seul et même morceau de tissu.



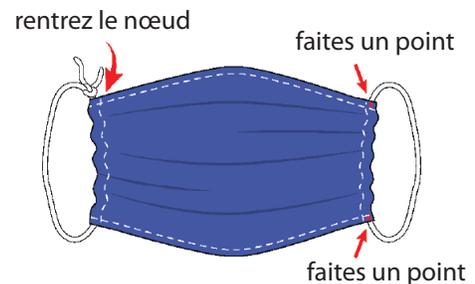
2. Pliez sur les bords longs ¼ de pouce (environ 5 mm) et faites un ourlet. Puis pliez la double couche de tissu sur ½ pouce (environ 1 cm) le long des bords courts et faites des points.



3. Faites passer environ 6 pouces (15 cm) de longueur d'un élastique d'une largeur de 1/8 pouce (0,5 cm) à travers l'ourlet le plus large de chaque côté du masque en tissu. Il s'agit des contours d'oreille. Utilisez une aiguille large ou une aiguille à cheveux pour le faire passer. Serrez et nouez. Vous n'avez pas d'élastiques? Utilisez des attaches de cheveux ou des bandeaux élastiques pour la tête. Si vous n'avez que de la ficelle, vous pouvez avoir des attaches plus longues et fixer le masque en tissu derrière la tête.



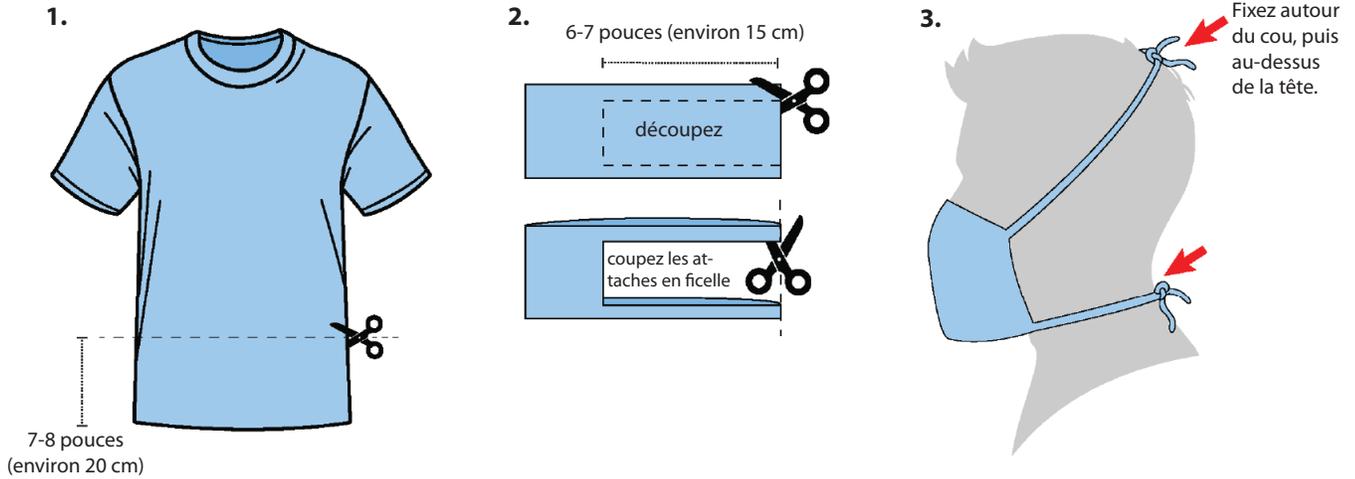
4. Tirez délicatement l'élastique afin que le nœud de fixation glisse dans l'ourlet. Saisissez le masque en tissu des deux côtés par l'élastique et ajustez-le de sorte qu'il soit correctement placé sur votre visage. Puis faites un point afin que l'élastique ne bouge plus.



Masque en Tissu Rapide à Partir D'un T-shirt (sans couture)

Matériaux

- T-shirt
- Ciseaux



Bandana de Protection en Tissu (sans couture)

Matériaux

- Bandana (ou un tissu carré en coton d'environ 20"x20" (50 x 50 cm))
- Élastiques en caoutchouc (ou attaches pour les cheveux)
- Ciseaux (si vous découpez vous-même votre tissu)
- Filtre à café

