

Lien utiles :

<https://www.chu-nantes.fr/covid-19-comment-bien-mettre-un-masque-par-les-equipes-du-chu-de-nantes>

Pour les enfants :

<https://www.youtube.com/watch?v=w1In19RusIo>

Coronavirus COVID-19

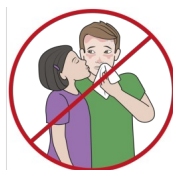
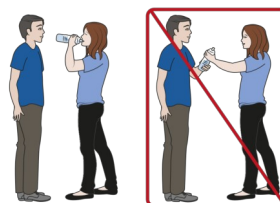
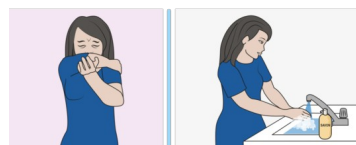
Vous avez des questions sur le coronavirus ?

Plateforme téléphonique d'information :
0800 130 000 (appel gratuit)

En cas de fièvre, toux, difficultés à respirer, au retour de Chine, composez le 15

Rappel des gestes barrières

**Se laver les mains régulièrement
Plusieurs fois par jour**



Comment
bien porter
son masque

Maison médicale
« Les mélèzes »
2 avenue Henri Dunant
Saint Aubin d'Aubigné

Asalée
Action de santé libérale en équipe

Petit rappel sur le lavage des mains

HYGIÈNE DES MAINS SIMPLE ET EFFICACE

-  Mouillez-vous les mains avec de l'eau
-  Versez du savon dans le creux de votre main
-  Frottez-vous les mains de 15 à 20 secondes : les doigts, les paumes, le dessus des mains et les poignets
-  Entrelacez vos mains pour nettoyer la zone entre les doigts
-  Nettoyez également les ongles
-  Rincez-vous les mains sous l'eau
-  Séchez-vous les mains si possible avec un essuie-main à usage unique
-  Fermez le robinet avec l'essuie-main puis jetez-le dans une poubelle

Comment mettre son masque



Je me lave les mains



Tenir le masque par les élastiques ou les cordons



Vérifier que le nez et le menton soient bien recouverts par le masque



Enlever le masque au bout de 4h maximum ou lorsqu'il est humide

Retirer et nettoyer son masque



Je me lave les mains
Je retire mon masque par les élastiques



Je le mets dans un sac poubelle si celui-ci est jetable

Je le lave si il est réutilisable :

