



# Bien porter son masque

Le respect des gestes barrières et la distanciation sociale sont indispensables pour se prémunir pendant cette période de crise sanitaire. Le port du masque est également largement recommandé, voire obligatoire dans certaines circonstances.

Il permet à la fois de se protéger mais aussi de protéger son entourage : famille, amis, collègues, commerçants, etc.

C'est pourquoi j'ai tenu à ce que chaque Amiénois dispose gratuitement de deux masques grand public. Faciles d'entretien, ils peuvent être réutilisés en toute sécurité après chaque lavage.

La Ville d'Amiens et la Région Hauts-de-France se sont concertées pour réaliser ensemble les commandes de matériel et veiller ainsi à ce que nos entreprises locales soient prioritaires. En effet, en ces temps difficiles pour tous, y compris sur le plan économique, je voulais que notre soutien auprès de nos entrepreneurs soit total.

Je vous souhaite à chacune et chacun d'entre vous de rester en bonne santé et de retrouver vos proches en toute sécurité pour partager avec eux un temps de convivialité et de bienveillance.

Brigitte Fouré

Maire d'Amiens

Vice-présidente de la Région Hauts-de-France



**Veillez à mettre votre masque à l'endroit**

Pour les masques chirurgicaux la couleur doit être vers l'extérieur



**Lavez-vous les mains**

ou frictionnez-les au gel hydroalcoolique **avant** de le poser et **après** l'avoir enlevé



**Le masque ne doit pas servir plus de 4 h**

Au-delà, il doit être nettoyé à la machine à laver sur un programme d'au moins **30 minutes** et à une température de **60 °C**

**Si vous êtes malade, ce masque n'est pas adapté. Contactez votre médecin traitant.**

# Ce qu'il faut faire



## Votre masque doit

- monter sur notre nez
- être serré sur votre visage
- couvrir votre menton



**Prenez toujours le masque par les élastiques**



**Pour enlever temporairement votre masque** le laisser accroché à une oreille tout en le maintenant tendu avec une main



Évitez de le toucher et de le déplacer



Ne le mettez jamais en position d'attente sur le front ou sur le menton



Veillez à ce qu'il soit bien serré sur le visage



Ne le mettez pas dans votre poche ou dans votre sac après l'avoir porté

# CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES



**Se laver  
très régulièrement  
les mains**



**Tousser ou éternuer  
dans son coude  
ou dans un mouchoir**



**Utiliser un mouchoir  
à usage unique  
et le jeter**



**Saluer  
sans se serrer la main,  
éviter les embrassades**

**Vous avez des questions sur le coronavirus ?**



[GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus)



**0 800 130 000**  
(appel gratuit)