

## COVID-19 : Utilisation des masques

Le port d'un masque, en plus de la distance physique et d'autres mesures de santé publique, peut réduire la propagation de la COVID-19. Les masques doivent toujours être portés lorsque la distance physique est difficile.

### Les masques sont obligatoires dans les lieux publics

Les [règlements 541-2020](#) et [542-2020](#) de la ville de Toronto exigent que tout le monde porte un masque ou un couvre-visage dans tous les lieux publics intérieurs, y compris dans les espaces communs des immeubles multi-résidentiels. Le gouvernement provincial exige également que les masques soient portés à l'intérieur des bâtiments en vertu de la [loi sur la réouverture de l'Ontario](#).

### Masques et contrôle à la source

Lorsque nous portons tous un masque pour couvrir nos gouttelettes respiratoires, il permet un [contrôle à la source](#) afin de réduire la propagation des germes dans l'air et sur les surfaces. Certains masques peuvent également protéger le porteur contre les infections.

### Les qualités d'un bon masque en tissu

- Les masques doivent être constitués d'au moins deux couches de tissu tissé serré (comme le coton ou le lin) et, si possible, d'une couche intermédiaire qui joue le rôle de « filtre ». Un masque à trois couches peut fournir une protection supplémentaire.
- Pour les masques à poche, ajoutez un filtre à café jetable, une serviette en papier ou un tissu filtrant réutilisable.
- Pour les masques sans poche, coupez/détachez une extrémité et insérez un filtre entre les deux couches.
- Votre masque doit s'adapter à votre visage et couvrir votre nez, votre bouche et votre menton sans laisser d'espace.
- Votre masque doit être confortable, permettre de respirer facilement, et ne pas limiter votre vision.
- Le masque et les attaches ou lanières derrière les oreilles doivent être bien ajustées pour éviter tout ajustement pendant l'utilisation.
- Choisissez un tissu qui peut supporter un lavage à haute température (par exemple le coton). Évitez les matières extensibles.
- Choisissez un tissu qui conserve la forme du masque après lavage et séchage.

Visitez le site Web du [gouvernement du Canada](#) pour obtenir des informations sur les masques faits maison.

### Utilisation correcte d'un masque facial

- Lavez-vous ou désinfectez vos mains avant de mettre votre masque et après l'avoir enlevé.
- Placez le masque sur votre nez, votre bouche et votre menton sans le trouser.
- Changez votre masque s'il devient humide ou sale.
- Retirez votre masque par les attaches situées sur les oreilles sans toucher l'avant du masque.
- Mettez votre masque usagé dans un sac en plastique ou directement dans le bac à linge pour le laver.
- Lavez les masques en tissu avec d'autres articles en utilisant le cycle de lavage à chaud et le séchage.

### Ce qu'il faut éviter lors de l'utilisation de masques

- Ne partagez pas votre masque avec d'autres personnes.
- Ne réutilisez pas les masques jetables.
- Évitez de toucher votre visage ou votre masque lorsque vous le portez.
- Ne portez pas votre masque sous le nez, le menton ou le front, et ne le suspendez pas à votre oreille.
- Ne mettez pas de masque aux enfants de moins de deux ans.
- Ne mettez pas de masque aux personnes qui ont du mal à respirer ou qui ne peuvent pas retirer le masque sans aide.

### Les personnes les plus exposées au risque de COVID-19

Les personnes les plus exposées au risque de COVID-19 en raison de leur travail ou de leurs conditions de vie, ou celles qui sont [sujettes à des formes graves de la COVID-19](#) doivent envisager d'utiliser un masque à trois couches. Des masques médicaux peuvent également être utilisés, s'ils sont disponibles.

### Exigences sur le lieu de travail

Les masques en tissu ne remplacent pas les équipements de protection individuelle (EPI) requis sur le lieu de travail. La [loi de réouverture de l'Ontario](#) exige le port de masques, y compris par les employés, dans tous les espaces intérieurs.

### Les personnes qui ne peuvent pas porter de masque

Nous devons être respectueux des personnes qui ne peuvent pas porter un masque en raison de leur âge ou de leur état de santé. Pour les entreprises et les fournisseurs de services, envisagez de

proposer un service alternatif aux personnes qui ne peuvent pas porter de masque. Essayez le ramassage en bordure de trottoir ou offrez des services en dehors des heures de pointe.

### Les articles déconseillés

- Un écran facial n'est pas une alternative aux masques car il ne protège pas les autres de vos particules respiratoires. Un écran facial peut être porté avec un masque comme protection supplémentaire pour la personne qui le porte.
- Les masques en plastique ne protègent pas les autres de vos particules respiratoires et ne peuvent pas être nettoyés et désinfectés entre deux utilisations.
- Les masques munis d'une soupape d'échappement peuvent rendre la respiration plus confortable pour la personne qui les porte, mais ils peuvent répandre des particules respiratoires dans la pièce.

**Pour plus d'informations**, visitez le site [toronto.ca/COVID19](https://toronto.ca/COVID19) ou appelez le 416-338-7600.

**Téléchargez** l'application [Alerte COVID](#). Il vous enverra une alerte si vous avez été en contact étroit avec une personne dont le test de dépistage de la COVID-19 est positif.