



MASQUE OU PAS MASQUE ?

En réponse à vos questions sur le port du masque

1) Le port du masque est-il obligatoire ?

Non. À ce jour, il n'est obligatoire que pour l'ensemble des professionnels de santé.

Il est par contre **fortement recommandé** en complément des mesures barrières en vigueur, chaque fois que l'on est en contact rapproché avec d'autres personnes (voir question 4).

2) À quoi sert le masque ?

Le masque contribue à réduire le risque de contamination en faisant écran aux projections de nuages de salive ou de postillons entre deux ou plusieurs personnes.

3) Le masque protège-t-il ?

- Seul le **masque FFP2** protège celui qui le porte de la contamination par le nez ou la bouche. Il est réservé en priorité aux professionnels de santé.
- Le **masque chirurgical** ne vous protège pas complètement vous-même, si ce n'est en vous évitant de porter vos mains sur la bouche ou le nez. Par contre, il protège votre entourage en retenant ou en filtrant partiellement vos projections de salive ou de postillons.
- Le **masque dit "alternatif"**, de fabrication artisanale, en général en tissu, remplit en partie les mêmes avantages que le masque chirurgical. Il nécessite par contre des précautions pour bien l'utiliser (voir page 2). Son port généralisé dans les lieux publics contribue à lutter contre la contamination.

4) Quand faut-il le porter ?

- Chaque fois que l'on est dans une situation où l'on risque d'être en contact rapproché avec d'autres personnes : boulangerie, supérette, agence postale communale, presse, Copains, la Ruche qui dit oui, navettes, conversations dans la rue (à éviter au maximum). Il concerne aussi les personnes qui doivent venir du continent pour leur travail ou qui se rendent sur le continent.
- Inutile de porter le masque en promenade sur les deux circuits tolérés si vous êtes seul(e) ou avec vos proches immédiats, sauf si vous vous arrêtez pour parler avec d'autres personnes, ce qui est fortement déconseillé.

5) Où peut-on se procurer les masques ?

Pour le moment les masques FFP2 et chirurgicaux sont réservés aux différentes catégories de professionnels en charge des malades.

Les masques "alternatifs" sont fabriqués par chacun, par de petites entreprises (voir sur internet) ou par des particuliers (à titre bénévole ou non), par exemple celles de Marie Barbier ci-contre.

L'application stricte de tous les gestes barrières demeure la mesure la plus efficace pour freiner la diffusion du virus. Le respect des consignes qui sont données quant à l'usage des masques est également essentiel (voir page 2).

Attestation sur Smartphone

Pour ne pas utiliser la feuille papier de déplacement dérogatoire à chacune de vos sorties, vous pouvez l'inscrire sur votre Smartphone.

<https://media.interieur.gouv.fr/deplacement-covid-19/>

Les données saisies sont stockées exclusivement sur votre téléphone ou votre ordinateur. Aucune information n'est collectée par le Ministère de l'Intérieur. L'attestation PDF générée contient un QR Code. Ce code-barres graphique permet à la police de lire les informations portées dans votre attestation au moment de leur saisie.

Masques locaux

Marie Barbier, avec ses talents de couturière d'*Au fil des Iles*, s'est mise à la confection de masques en tissu. Elle utilise le patron publié par l'AFNOR (Association Française de Normalisation) qui lui a été fourni par Pierre Dumas. Vous pouvez l'aider en lui fournissant du tissu et de l'élastique si vous en avez, et aussi acheter ses masques dans la limite de ses moyens de production.

Contact : 06 63 57 89 09

Comment mettre, utiliser, enlever et éliminer un masque ?

1. Avant de mettre un masque, se laver les mains avec de l'eau et du savon ou une solution hydro-alcoolique.
2. Vérifier que le masque n'est ni déchiré ni troué, et en cas de réutilisation bien stocké ou lavé.
3. Orienter le masque dans le bon sens (bande métallique vers le haut), face colorée du masque vers l'extérieur, si besoin faire une marque à l'intérieur du masque lors de la première utilisation.
4. Placer le masque sur le visage au-dessus du nez. Nouer les attaches ou passer les élastiques derrière les oreilles.
5. Tirer le bas du masque pour recouvrir la bouche et le menton.
6. Ne pas porter les mains au visage, ni sur la face externe du masque.
7. Après usage, au retour chez soi se laver les mains, retirer le masque tout en l'éloignant du visage et des vêtements afin d'éviter de toucher sa partie externe (qui peut être contaminée) et déposer le masque dans une boîte réservée à cet effet.
8. Jeter le masque FFP2 ou chirurgical, après usage, dans un sac fermé (voir 11. gestion des déchets, ci-dessous). Si vous ne l'avez pas porté longtemps, vous pouvez également le déposer, dès votre retour, dans une boîte hermétique désinfectée à l'eau de javel, si possible au soleil. En principe, le virus ne survit pas plus de 4 jours.
9. Laver les masques alternatifs en tissu à 60° sur un cycle de 30 minutes.
10. Terminer en se lavant les mains à l'eau et au savon ou avec une solution hydro-alcoolique.
11. Le Préfet du Var "demande aux particuliers de jeter dans des sacs plastiques dédiés, résistants et disposant d'un système de fermeture fonctionnel les masques, gants, et mouchoirs. Ce sac doit être soigneusement refermé puis conservé 24 heures avant d'être jeté dans le conteneur d'ordures ménagères".

www.gouvernement.fr/info-coronavirus

Pour aller plus loin, Rafaela Dumas, médecin à la retraite, propose quelques recherches supplémentaires : <https://www.porquerollesinfos.fr/documents-annexes>

Pour aider nos aînés : paniers du CCAS et ouverture décalée à la superette

Le Centre Communal d'Action Sociale propose une aide alimentaire sous forme de paniers de produits de première nécessité pour les personnes âgées de + de 70 ans, sans famille à proximité et sans aide à domicile. Ce service coûte 24 € le panier ; la facture sera envoyée par courrier à domicile.

Le panier peut être commandé chaque semaine auprès de la mairie annexe en appelant le 04 83 69 13 23 (lundi, mercredi et vendredi) ou en envoyant un sms à Stéphanie au 06 43 95 50 82.

Les paniers seront mis au bateau une fois par semaine et livrés à domicile. Première livraison mardi 14 ou mercredi 15 avril.

Voici le contenu type d'un panier pour une semaine (pas de choix personnel possible, lorsqu'il y a des options c'est le CCAS qui choisit en fonction des stocks disponibles) :

Lait : 1 litre 1/2 écrémé	Pâtes : 1 kg	Sucre en poudre : 1 kg
Beurre : 250 g	Jambon/poulet/dinde : 2 tranches	Farine : 1 kg
Jus d'orange : 1 litre	Haricots verts/petits pois : boîte 500 g	Huile : 1 litre
Café/thé/poudre chocolatée	Semoule : 500 g	Savon mains
Biscuits/biscottes de petit déj	Soupe en brique : 1 litre	Gel douche
Pain de mie : 1 paquet	Camembert/gruyère/pâte molle : 1 boîte	Dentifrice
Chocolat : 1 tablette	Yaourts nature	Papier WC

Philippe Pisani rappelle que les personnes âgées peuvent réserver un créneau courses en dehors des heures régulières d'ouverture du magasin en appelant Philippe : 06 12 10 96 28
Agnès : 06 13 13 04 51
La superette sera ouverte tout le weekend de Pâques. Il est fortement recommandé de venir équipé d'un masque, d'un foulard ou d'une écharpe pour se couvrir le nez et la bouche le temps de faire ses emplettes.

