

Portez un masque facial pour éviter la propagation du COVID-19

Les masques faciaux sont obligatoires dans les espaces publics du Vermont.

En vigueur depuis le 1er août 2020 dans le Vermont, vous êtes tenu de porter un masque facial dans les lieux publics à chaque fois qu'il vous est impossible de garder une distance de 6 pieds (2 mètres) entre vous et d'autres personnes ne vivant pas sous votre toit. Cela concerne aussi bien les lieux extérieurs que les lieux intérieurs, ainsi que les situations de vie en groupe (par exemple, les établissements de soins de longue durée, les maisons de repos et les complexes d'appartements et de condos).

Un masque aide à protéger les personnes autour de vous si vous êtes infecté et que vous ne le savez pas. Les personnes qui ne présentent pas de symptômes peuvent propager le virus par le biais de gouttelettes produites lorsqu'elles respirent, parlent ou s'éclaircissent la gorge. Un masque facial est une précaution supplémentaire que nous pouvons prendre afin de ralentir la propagation du COVID-19 et ne remplace pas la distanciation physique et les autres mesures préventives.



Exemples de situations dans lesquelles un masque facial est obligatoire :

- Lors de déplacements vers les commerces, la pharmacie, chez le médecin ou à l'hôpital
- Lors d'une réunion au parc avec des amis et des proches qui ne vivent pas chez vous
- Lors de n'importe quel événement à l'extérieur ou à l'intérieur, tel qu'un rassemblement, une protestation, un marché fermier ou un événement de campagne
- Déplacements en bus, en taxi ou en covoiturage
- Promenade dans une rue achalandée et très fréquentée
- Avant et après une séance de yoga ou d'exercice

Exemples de situations dans lesquelles le masque n'est pas requis ou ne doit pas être porté :

- Promenade en forêt ou dans votre quartier
- Exercices ou activités très intenses, tels qu'une course à pied, une randonnée à vélo ou une séance de yoga
- Les enfants âgés de moins de 2 ans
- Toute personne ayant des difficultés respiratoires
- Toute personne qui ne peut pas l'enlever sans assistance
- Toute personne qui a une raison médicale ou comportementale de ne pas porter un masque.

Si vous souffrez d'un problème médical ou de troubles de développement ou de difficultés respiratoires, vous n'êtes pas tenu de présenter des preuves ou des documents justifiant votre état.

Qu'en est-il du port du masque dans des lieux privés ?

Nous recommandons que les personnes portent des masques lorsqu'elles sont dans un espace privé avec des personnes qui ne vivent pas chez elles et qu'une distanciation physique de 6 pieds (2 mètres) n'est pas possible. Par exemple, lors d'une réunion avec vos proches et amis dans votre arrière-cour ou en voyageant en voiture avec une personne qui ne vit pas sous votre toit. Si vous êtes malade, portez un masque chez vous si d'autres personnes vivent dans votre maison.

Comment porter un masque facial :

Un masque facial doit être porté de façon appropriée afin qu'il soit efficace et pour éviter la propagation des germes :

- Lavez vos mains avant de le mettre en place.
- Assurez-vous que votre bouche et votre nez sont couverts.
- Accrochez les boucles autour de vos oreilles ou nouez-les fermement.
- Évitez de le toucher ou de le rabaisser quand vous êtes dans un lieu public.
- Gardez-le en place jusqu'à ce que vous arriviez chez vous.
- Enlevez-le sans toucher votre visage, votre nez ou votre bouche, puis lavez immédiatement vos mains.

Si vous avez chaud ou avez des difficultés respiratoires en raison de la chaleur dans le lieu où vous êtes, vous devez enlever votre masque, boire de l'eau, vous reposer et chercher un endroit plus frais. Il est important de garder une distance de 6 pieds (2 mètres) entre vous et les autres quand c'est possible, surtout quand vous ne portez pas de masque.

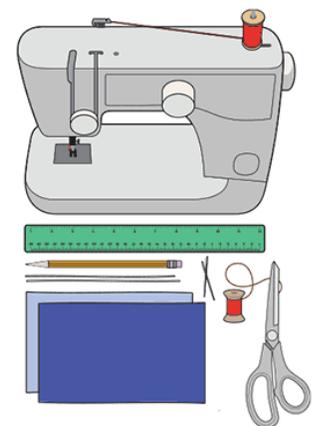
Nettoyez les masques faciaux, soit à la main soit dans le lave-linge, en utilisant un détergeant.

Un lave-linge devrait suffire pour bien laver vos masques faciaux. Assurez vous qu'ils sont complètement secs avant de les porter. Vous devez disposer de quelques masques prêts à l'utilisation pour pouvoir alterner leur lavage.

Fabriquez vos propres masques.

Le CDC donne [des instructions pour fabriquer vos propres masques](#) de différentes manières, y compris des masques cousus à la main ou à la machine et une méthode sans couture avec un t-shirt et une paire de ciseaux, ainsi qu'une méthode sans couture avec un bandana.

Pour de plus amples informations, consultez le site www.healthvermont.gov/COVID-19.



Wear a Face Mask to Keep COVID-19 from Spreading

Face masks are required in Vermont public spaces.

Effective August 1, 2020, in Vermont, you are required to wear a face mask in public spaces, any time it is not possible to keep a 6-foot distance from others who are not part of your household. This includes both indoor and outdoor spaces and group living settings (for example, long-term care facilities, nursing homes, apartment and condo complexes).

A mask helps protect others around you if you are infected and don't know it. People without any symptoms may be able to spread the virus through droplets produced when breathing, speaking, or clearing your throat. A face mask is one more precaution we can take to help slow the spread of COVID-19 – and is not a substitute for physical distancing and other prevention measures.



Examples of when a face mask is required:

- Trips to any store, pharmacy, doctor, or hospital
- At a gathering in the park with friends and family who do not live in your household
- At any indoor or outdoor public event, such as a rally, protest, farmer's market, or campaign event
- Riding the bus, taxi, or ride share
- Walking on a busy and crowded street
- Before and after a yoga or exercise class

Examples of when face mask is not required or should not be worn:

- Going for a walk in the woods or in your neighborhood
- Doing strenuous exercise or activities, such as during a run, bike ride, or yoga class
- Children under the age of 2
- Anyone who has trouble breathing
- Anyone who can't remove it without assistance
- Anyone who has a medical or behavioral reason for not wearing a mask.

If you have a medical or developmental condition, or have trouble breathing, you do not have to show evidence or documentation of your condition.

What about wearing a mask in private spaces and settings?

We recommend that people wear masks when they are in a private setting or space with people who live outside of their home and it is not possible to stay 6 feet apart. For example, at a gathering with family and friends in your backyard or riding in the car with someone outside of your home. If you are sick, wear a mask at home if you have other people living in the home.

How to wear a face mask:

A face mask or covering must be worn properly to be effective and avoid the spread of germs:

- Wash your hands before putting it on.
- Be sure your mouth and nose are covered.
- Hook loops around your ears or tie it snugly.
- Do not touch it or pull it down while in public.
- Keep it on until you get home.
- Remove it without touching your eyes, nose or mouth, then wash your hands immediately.

If you feel like you are overheating and are having trouble breathing because it is hot where you are, you should take off your mask, drink water, rest and seek a cool place. It is important that you keep a 6-foot distance from others whenever possible, especially when you are not wearing a mask.

Clean face masks daily, by hand or machine, using detergent.

A washing machine should suffice to properly wash your face masks. Make sure it's completely dry before using. You should have a few on hand so you can rotate for washing.

Make your own.

CDC has [instructions on making your own coverings](#) in several different methods, including machine or hand-sewn, a no-sew method with a t-shirt and scissors, and a no-sew method with a bandana.

For more information, visit www.healthvermont.gov/COVID-19.

