

Je porte un masque parce que...

Santé publique Sudbury et districts continue de **recommander fortement l'utilisation de masques bien ajustés** dans les lieux publics intérieurs comme mesure de protection contre la COVID-19, particulièrement dans les espaces intérieurs bondés et surtout si vous présentez des risques personnels élevés pour votre santé ou si votre entourage proche comprend des personnes vulnérables à une infection grave.

Je veux protéger ceux qui m'entourent.

Quel est le rôle d'un masque?

Un masque agit comme une barrière. Il réduit le risque de propagation et d'infection. Un masque bien ajusté peut vous empêcher de répandre des gouttelettes respiratoires infectées par le virus de la COVID-19 et de respirer celles des autres.

Le port d'un masque et les autres mesures de santé publique comme la vaccination, le lavage des mains, la distanciation physique et le fait de rester à la maison en cas de maladie peuvent arrêter la propagation de la COVID-19.

Raisons pour lesquelles une personne porte un masque

Tout le monde vit la pandémie différemment et n'a peut-être pas le même degré de tolérance lorsqu'il s'agit d'appliquer les mesures de protection individuelle comme le port du masque.

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles une personne **peut choisir** de porter un masque. En voici quelques exemples :

- Elle risque davantage de tomber très malade.
- Elle veut protéger d'autres personnes, comme ses amis proches, les membres de sa famille et les autres élèves de sa classe.
- Elle se sent plus à l'aise d'en porter un.

Il faut porter un masque pendant 10 jours après le début des symptômes, dans tous les lieux publics, même si l'auto-isolément est terminé.

Il existe des cas où une personne **est tenue** de porter un masque bien ajusté. En voici quelques exemples :

- Elle a récemment eu des contacts étroits avec une personne atteinte et doit porter un masque bien ajusté pendant 10 jours après l'exposition.
- Elle vit avec une personne atteinte de la COVID-19 et n'a pas à s'auto-isoler.

J'ai été en contact étroit avec quelqu'un qui a la COVID-19.



- Elle a terminé sa période d'auto-isolement, ses symptômes diminuent, et elle doit porter un masque bien ajusté pendant 10 jours à compter de celui où les symptômes ont commencé ou de celui où elle a obtenu un résultat positif à un test de dépistage.
- Elle a voyagé à l'extérieur du Canada au cours des 14 derniers jours.

Je me sens plus à l'aise lorsque je porte un masque.

Faites preuve de gentillesse

Nous demandons à tous les élèves, au personnel et aux familles de respecter la décision des personnes qui continuent de porter un masque ou non, et de réfléchir à la portée de leurs paroles et de leurs gestes.

Au lieu de dire ceci...

- Célébrons le fait que nous n'ayons plus à porter de masque.
- J'adore le fait de voir enfin le visage des gens.
- Pourquoi portez-vous toujours un masque?
- J'ai de la difficulté à bien vous comprendre; enlevez-le.
- Pourquoi portez-vous un masque? Avez-vous contracté la COVID?

J'ai voyagé hors du pays.

Pensez plutôt ainsi...

- Porter un masque, c'est un choix personnel et parfois, une personne peut être tenue d'en porter un.
- Nous devons être gentils et respectueux du choix de chaque personne, car il existe de nombreuses raisons pour lesquelles quelqu'un peut être tenu de porter un masque.

Je demeure avec une personne qui a la COVID-19 et je n'ai pas à m'auto-isoler.

Lorsque vous faites votre choix personnel, réfléchissez aux raisons pour lesquelles une autre personne pourrait choisir de porter un masque ou non. Il se peut que vous ayez un jour besoin d'en porter un, ou que vous ayez déjà décidé de continuer à le faire. Demandez-vous comment vous vous sentiriez si quelqu'un remettait votre choix en question. Le respect et la bienveillance nous ont permis d'arriver où nous sommes maintenant, et ces bonnes attitudes nous seront très utiles pour la suite des choses.

This document is available in English.
Traduit par un traducteur agréé.

Mars 2022