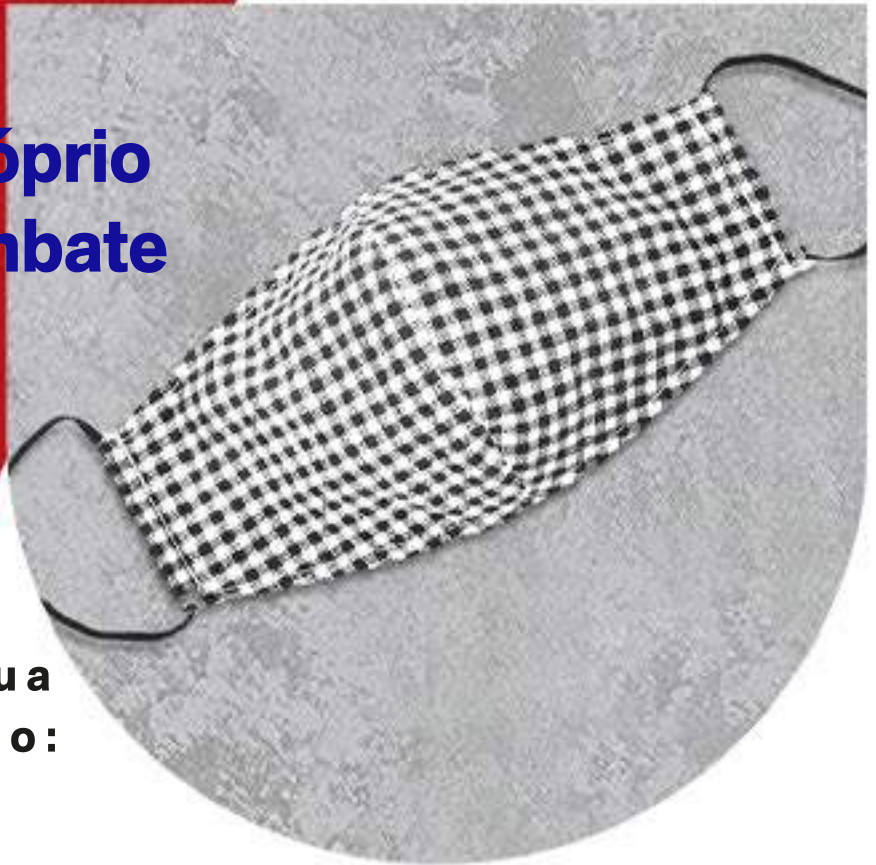


Crie o seu próprio aliado no combate ao Covid-19



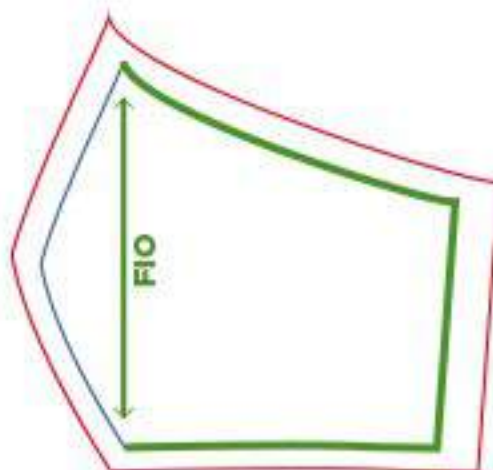
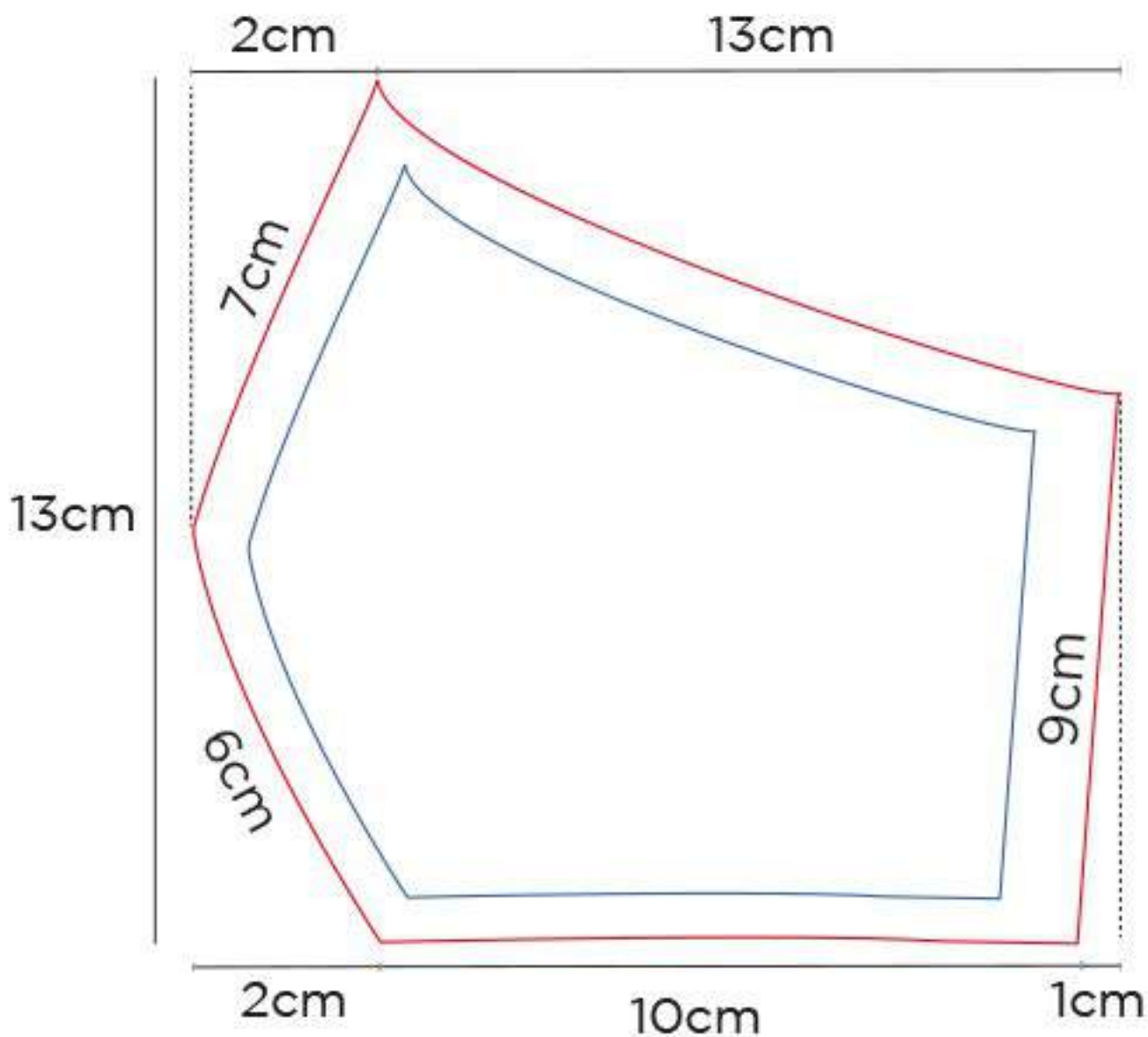
Como fazer a sua máscara de pano:

1. Recorte dois retângulos de tecido, de 20 a 30 cm de altura por 18 cm de largura.
2. Costure uma camada sobre a outra e costure a borda inferior fechada.
3. Dobre uma borda lateral e comece a costurar o tecido para que a faixa elástica ou a presilha de cabelo fique dentro da dobra.
4. Depois de começar, puxe o elástico esticado e costure o resto da dobra, fazendo pelo menos 3 pregas na lateral. As pregas ajudam a máscara a se moldar melhor ao rosto, melhorando a proteção.
5. Repita do outro lado.
6. Certifique-se de passar a máquina várias vezes na parte inicial e final da costura (ou reforce a costura se fizer a mão), pois o elástico estará tensionado nesses pontos.
7. Em vez de elástico, é possível usar também tiras de pano que podem ser amarradas atrás da cabeça.
8. Em caso de dúvida, busque informações na internet. Há vários vídeos explicativos mostrando como fazer.

Imprima o molde na página abaixo e faça sua máscara em casa!



Molde para máscara de pano



Atenção na posição do elástico dentro da máscara, ilustrada pela linha verde ao lado