

Se formos portadores de uma máscara bem colocada e manuseada, estamos a proteger aqueles que nos rodeiam. E se todos o fizermos sempre que circulamos em público, estamos a proteger-nos uns aos outros. Tratando-se esta de uma doença em muitos casos assintomática, é fundamental implementar o uso de máscaras de protecção nos espaços públicos.

#MáscaraParaTodos
mascaraparatodos.info



#MáscaraParaTodos
A MINHA
PROTEGE-TE
A TUA
PROTEGE-ME

Como fazer
a sua própria
máscara.

mascaraparatodos.info

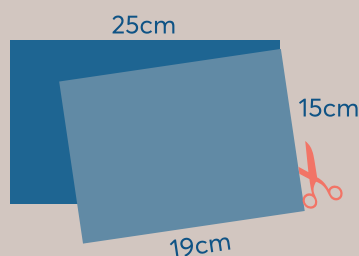




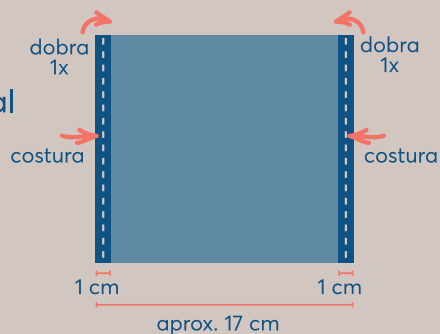
Como fazer a sua própria máscara:

(MOLDES: Rectângulo de 25 cm x 15 cm + Rectângulo de 19 cm x 15 cm)

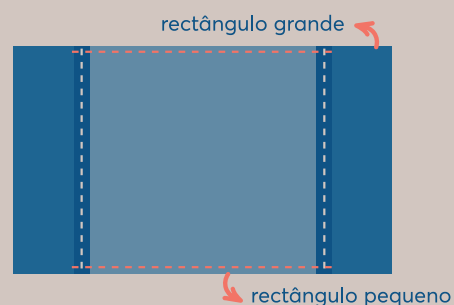
1. Recorte o molde da peça maior (25x15cm) pelo tracejado e utilize como molde para a peça azul escura. Depois dobre pelo **ponteado** para obter o molde da peça azul clara (19x15cm).



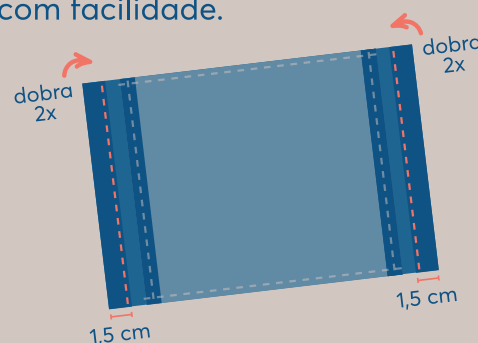
2. Faça uma dobra de 1 cm em cada lateral do rectângulo mais pequeno e cós.



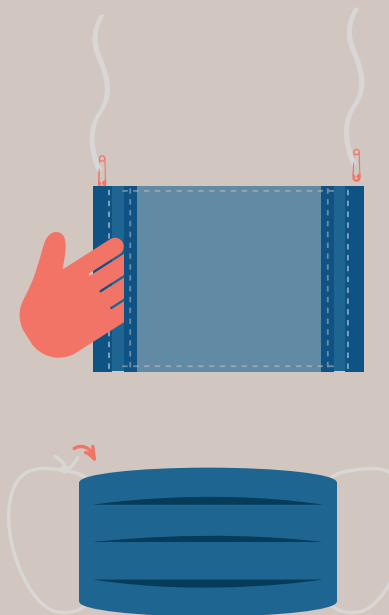
3. Junte as peças, direito com direito, e cós uma peça à outra costurando em cima e em baixo. De seguida, vire do direito de modo a que as costuras que fez fiquem para dentro.



4. Faça duas dobras de 1,5 cm de cada lado. Cós pela margem das dobras, para que depois coloque o elástico/cordão com facilidade.

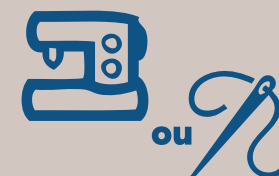


5. Coloque o elástico com a ajuda de um alfinete de dama. Ajuste o elástico à sua medida, dê um nó e coloque-o para dentro.



A SUA MÁSCARA ESTÁ PRONTA.

MATERIAL



Máquina de costura ou agulha e linha



Tesoura



40 cm

Rectângulo de tecido* (40 cm x 15 cm, aproximadamente)



Elástico ou cordão

* Os tecidos de 100% algodão são os que asseguram melhores resultados. Evite malhas muito grossas que podem ser menos respiráveis. É importante a escolha de tecido que possa ser lavado na máquina a 60 graus.