

MASQUE EN TISSU LAVABLE A USAGE FAMILIAL



Avertissement : il ne s'agit pas de recommandations officielles du gouvernement (pas de recommandation à ce jour, sauf cas particuliers).

Pour ceux qui le souhaitent, à visée familiale et en complément des mesures d'hygiène officielles (distance, lavage des mains très régulièrement, SHA, tousser dans son coude, mouchoir jetable, ...), voici comment coudre un masque en tissu (type drap de coton ou tee-shirt) double épaisseur. Vous trouverez également des tutos sur internet avec d'autres modèles.

Caractéristiques : masque non filtrant vis-à-vis des micro-organismes ou de la pollution chimique. A visée de barrière gouttelettes (typiquement, postillons naturels d'une conversation rapprochée)... ou grosses poussières quand la crise coronavirus sera passée !

Précautions :

A changer régulièrement en cours de journée selon la durée d'utilisation (toutes les 2 à 3 heures ???), si suspicion de postillons extérieurs, ou si vous toussiez, ou si sensation d'humidité, etc. Au minimum une fois par jour.

A laver au minimum tous les jours.

Comme pour les masques à usage unique, ne pas manipuler le masque en cours d'utilisation. Une fois le masque placé sur le visage il est considéré comme souillé. Pour l'ôter, ne pas manipuler le milieu du masque, le prendre par les côtés et le placer dans un sac plastique fermé en attendant le lavage. Se laver les mains.

Astuce : avoir un petit sac en plastique à disposition pour y placer le masque « usagé » en attente de lessive et un sac en tissu qui contient les masques propres.

Matériel :

2 carrés de tissu de coton (type drap de coton ou tee-shirt) : 20cm x 20cm environ (les dimensions peuvent varier selon les visages), de 2 couleurs différentes, si possible 1 uni pour repérer plus facilement le sens.

2 élastiques de 17cm environ mais le mieux est de tester car dépend des têtes ... ou 4 liens à nouer (35 à 40cm environ par lien) ce qui permet un meilleur ajustement du masque.

Fil, aiguille, épingles, ciseaux

Machine à coudre non indispensable.

Mise en œuvre :

Placer les 2 carrés de tissus envers sur envers.	
Coudre les 2 longueurs du haut et du bas. Retourner.	
Coudre les petites fronces des côtés + les liens.	
Coudre 1 petite fronce de chaque côté du nez.	
Faire de même en bas au niveau du cou.	
Coudre les fronces des joues en faisant se rejoindre les fronces du nez et du cou.	
Bravo, vous avez bien travaillé !	

Rappel des recommandations d'hygiène du site du gouvernement / Informations Coronavirus / Consignes sanitaires – Consultation en ligne 20/03/2020 ([https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus#xtor=SEC-3-GOO-{{adgroup}}-\[425080454353\]-search-\[gouvernement%20coronavirus\]](https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus#xtor=SEC-3-GOO-{{adgroup}}-[425080454353]-search-[gouvernement%20coronavirus])) :

- Se laver les mains très régulièrement
- Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir
- Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades
- Utiliser des mouchoirs à usage unique et les jeter
- Eviter les rassemblements, limiter les déplacements et les contacts