



Faire soi-même et pour les autres UN MASQUE DE PROTECTION

Le Département du Gers, Gers Solidaire
et l'ensemble des partenaires,
vous invitent à devenir
un(e) couturièr(e) solidaire !
Pour vous, vos proches, mais aussi
pour toutes les gersoises et gersois !

A vos aiguilles !

TUTOS & INFOS sur
www.gerssolidaire.org



Banque Alimentaire
du Gers

croix-rouge française



udccas
des Centres d'Accueil, d'Orientation et de Secours



cis
Centre d'Initiation Solidaire



GERS SOLIDAIRE LANCE « COUTURIERES SOLIDAIRES »

On sait maintenant que dans la perspective d'un déconfinement progressif, le masque en tissu sera le principal matériel de protection pour les simples citoyens car les masques « jetables » ne sont pas adaptés à un usage quotidien et restent la priorité des soignants.

On sait aussi que les industriels ne pourront pas approvisionner la population avant le 15 mai, au plus tôt (on parle même de début juin).

Dans l'attente de disposer de ces masques, les citoyens engagés peuvent prendre le relais et fabriquer des masques tissu qui s'approchent au plus près des normes sanitaires attendues. À cet effet l'AFNOR a édité des préconisations de fabrication afin de les rendre les plus compatibles possible à un usage quotidien.

Bon nombre d'associations, de collectivités, ont lancé des initiatives afin de favoriser et aider à la fabrication de ces masques en faisant appel aux solidarités de proximité et le sens civique de chacun(e). Gers Solidaire, grâce à son réseau de partenaires départemental, ses moyens humains et logistiques et ses outils de communication, souhaite amplifier et coordonner ce mouvement civique.

C'est pour cela que nous lançons l'opération Couturières Solidaires.

- Pour fédérer les initiatives qui se multiplient dans le département et aider leur communication
- Pour fournir un modèle de masque et un tutoriel qui souscrit aux normes AFNOR
- Pour centraliser les offres et les demandes
- Pour réaliser une carte interactive des Couturières solidaires
- Pour fournir le cas échéant une logistique d'acheminement des masques

Nous invitons toutes les personnes qui veulent participer à cette opération à se faire connaître en appelant le 0800 32 31 30 ou nous rendre visite sur notre site www.gerssolidaire.org pour recevoir les documents nécessaires pour réaliser un masque de qualité, nous sommes aussi en train de collecter du tissu et des élastiques.

Il va de soi qu'en aucun cas le port du masque ne doit faire oublier les gestes barrières (distanciation sociale, éternuer et tousser dans son coude et se laver régulièrement les mains)

Nous demandons aux associations ou aux entreprises qui sont à la recherche de masques en tissu de signaler, nous les mettrons en relation avec des couturières solidaires proches de chez eux et assurerons avec la réserve civique et Gers Solidaire la logistique attendue.

FAIRE SOI-MÊME ET POUR LES AUTRES UN MASQUE DE PROTECTION

Gers Solidaire, le Département du Gers et l'ensemble des partenaires, vous invitent par ce tuto à devenir un(e) couturier(e) solidaire ! Pour vous, vos proches, mais aussi pour toutes les gersoises et gersois ! Nous pouvons assurer la réception et la livraison à l'aide de la réserve civique ...

A vos aiguilles !

Étapes de fabrication :

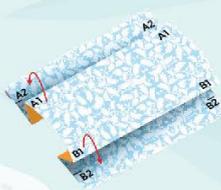
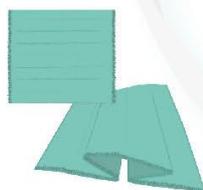
1- Couper vos deux carrés de tissu coton. Superposez-les envers contre envers. Coudre au point droit à 1 cm du bord les 4 cotés.

2- Faire les marquages sur le tissu du devant à 2,5 cm comme le préconise AFNOR (voir patron en dessous).

3- Coudre les ourlets du haut et du bas du masque.

4- Surfiler au point zig-zag les côtés droit et gauche.

5- Replier votre tissu comme indiqué sur le patron du masque, de telle façon que A1 recouvre A2 et que B1 superpose B2, épingler et coudre les deux côtés.



6- Faire les ourlets sur les rebords.

7- Positionner les élastiques et les coudre.

8- Laver le masque et respecter les consignes pour le porter.



Recommandations AFNOR pour le choix du tissu

- Utiliser des étoffes serrées (120 fils)
- Assembler en deux ou trois couches (mêmes étoffes ou différentes étoffes)
- Utiliser des étoffes permettant à l'air de passer pendant la respiration
- Utiliser des étoffes suffisamment souples pour s'appliquer autour du visage pour assurer l'étanchéité
- Utiliser des étoffes pas trop chaudes
- Utiliser des étoffes lisses, non irritantes
- Ne pas utiliser des étoffes bloquant le passage de l'air pendant la respiration
- Ne pas utiliser des étoffes trop raides qui ne favoriseraient pas l'étanchéité
- Ne pas utiliser des étoffes chaudes qui rendraient le porter difficile
- Ne pas utiliser des étoffes irritantes qui rendraient le porter difficile
- Ne pas faire de coutures verticales, le long du nez, de la bouche et du menton



COUTURIER(E) SOLIDAIRE !



Comment réaliser son masque



Un masque barrière à plis multicouches couvre le nez, la bouche et le menton et il ne doit pas comporter des soupape(s) inspiratoire(s) et/ou expiratoire(s). Notre choix s'est porté sur le masque qui nous paraît le plus simple à réaliser. Pour un complément d'informations, reportez-vous au site : www.afnor.org.

MATÉRIEL



DÉCOUPAGE

Utiliser le dimensionnement suivant pour découper la multicouche et les élastiques

COUDRE

1 Superposer vos couches de tissu.
1 Coudre (piqueuse plate, point droit ou zigzag) le tour de l'ensemble à 1 cm des bords.

2 Ourler le haut et le bas du masque barrière en repliant un ourlet de 1,2 cm à l'intérieur.

3 Coudre (piqueuse plate, point droit) les plis en pliant **A1** sur **A2** puis **B1** sur **B2** pour le premier bord.

Répéter l'opération pour le deuxième bord

4 Pour un passage derrière la tête, Glacer (assembler par couture) un élastique sur le bord droit en haut puis sur le bord gauche en haut (élastique vers l'intérieur) puis glacer l'autre élastique le bord droit en bas puis sur le bord gauche en bas (élastique vers l'intérieur).

Comment bien le porter

Les étapes à suivre pour bien l'utiliser

Se laver les mains



Ne toucher que les extrémités des rubans



Bien positionner le masque



Le haut du masque sur la bosse du nez
Le bas du masque sous le menton



Après avoir bien positionné votre masque, ne le touchez plus