

Masque citoyen

Protégeons nous les uns les autres !

LE MASQUE CITOYEN: une réponse à la pénurie

La pandémie est là, c'est une réalité. Des milliers de personnes sont porteuses, et contagieuses sans le savoir.

Les masques manquent jusque dans les hôpitaux et les équipes de soins.

De nombreuses personnes travaillent par obligation: ils soignent, nourrissent, transportent des malades, des personnes contagieuses, nos amis, nos familles.

Le virus circule parmi nous, et attaque sans prévenir. PERSONNE ne sait qui et combien sont porteurs.

Tous les citoyens ont besoin de masques pour des usages différents : exemple, nous devons tous sortir faire des courses...

Mais, il manque des masques! C'est pourquoi le CHU de Grenoble a publié officiellement un tuto pour faire des masques en tissu!
Ils ont l'avantage d'être réalisables facilement, lavables quotidiennement, et efficaces!

Ce masque permet de continuer toute activité , tout en SE protégeant, et en protégeant LES AUTRES dans tous les contacts quotidiens.
Les chinois qui ont quasiment stoppé la pandémie l'ont bien compris: tous étaient équipés de masques, encore maintenant !

De nombreuses personnes ont des talents de couturières, et sont confinées chez elles. Sans le savoir, elles peuvent aider à réaliser ces masques, avec le tuto réalisé par le CHU de Grenoble.

Vous pouvez les nettoyer par un lavage à la main à 30 °avec du savon.
Vous pouvez les utiliser pour vous ou les confier à vos mairies, les donner à vos amis, voisins qui en ont besoin pour leur travail ou pour un usage quotidien.

Les deux photos du patron sont réalisées par le CHU de Grenoble. Nous ne faisons que relayer leur information. Ces masques ne sont pas des masques chirurgicaux mais limitent l'extension du virus dans la population.

**PLUS ON SE PROTÈGE, PLUS ON PROTÈGE LES AUTRES,
MOINS LES HÔPITAUX SERONT SATURÉS !**

SOYONS ACTIFS DANS CETTE CRISE SANITAIRE

A PARTAGER

Voir patron pages suivantes :

I. Objet

Dans le cadre d'une situation dégradée et pour pallier à la pénurie de masque de soins, un modèle de création de masque de soins en textile est proposé pour :

- Permettre de se protéger
- Continuer son activité professionnelle
- Permettre le maintien de l'activité de l'établissement et la prise en charge des patients

II. Secteurs et professionnels concernés

Tous les professionnels du CHUGA :

- Des services de soins ne prenant pas en charge de patients Covid-19*
- Des services supports

* les services prenant en charge les patients Covid-19 sont :

- Médecine infectieuse
- Secteurs de réanimation
- Pneumologie
- Les services de médecine interne (3^{ème} A, B et C)



III. Fabrication et entretien du masque de soins textile

Matériel nécessaire pour la réalisation :

- Chutes de coton (environ 20 cm) pour l'extérieur et la doublure
- Molleton fin, polaire fine, ...
- Elastique souple



Le masque de soin est composé de 2 couches de tissus en coton et 1 couche de molleton disposée entre les 2 couches.

Patron en annexe

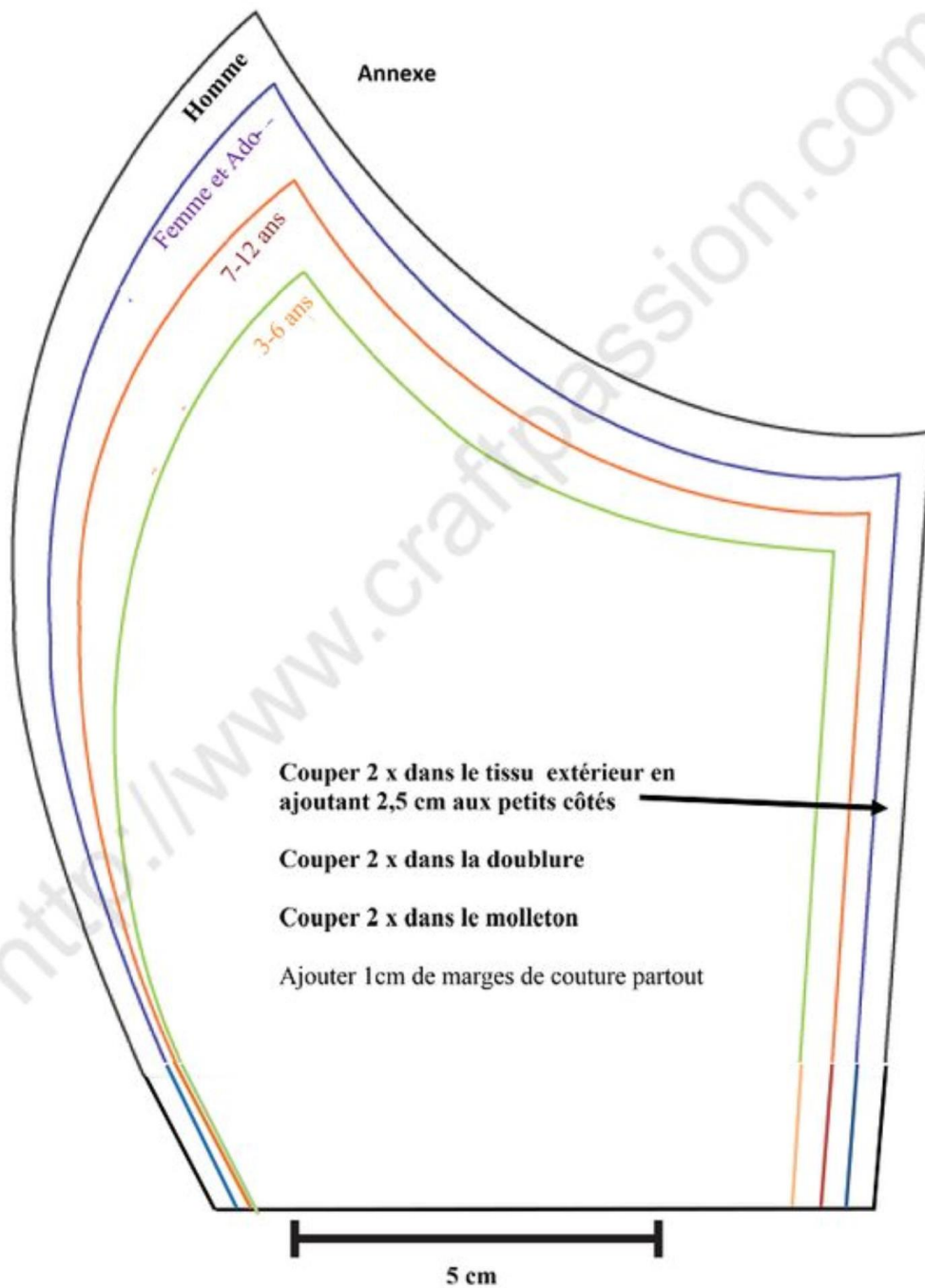
Entretien du masque :

- Celui-ci est à la charge du professionnel
- Le laver **quotidiennement** à son domicile à 30°C avec du détergent classique

IV. Etapes de fabrication

- | |
|--|
| 1- Découper le patron (annexe) |
| 2- Découper les pièces de tissus en coton nécessaire (voir patron) : nous obtenons 4 pièces de tissus |
| 3- Découper le molleton (voir patron) : nous obtenons 2 pièces de molleton |
| 4- Couper environ 2 élastiques de 30 cm pour le grand modèle (adapter la longueur à la taille souhaitée) |
| 5- Assembler les 2 pièces de tissu « extérieur » endroit contre endroit » partie arrondie |
| 6- Faire le même assemblage pour les 2 pièces tissu doublure |
| 7- Assembler les 2 pièces de tissus obtenues « endroit contre endroit » en insérant les 2 pièces de molleton |
| Coudre uniquement en haut et en bas : ne pas coudre les petits côtés |
| 8- Retourner l'ensemble sur l'endroit |
| 9- Surpiquer la couture centrale (verticale) |
| 10- Surpiquer le haut et le bas à quelques millimètres du bord |
| 11- Replier les petits côtés (2 fois 1 cm) - repasser |
| 12- Piquer à quelques millimètres du pli pour créer une coulisse |
| 13- Faire glisser le nœud dans la coulisse pour le confort |





Mesurer ce segment avant de découper le patron