

COUTURE D'UN MASQUE BARRIÈRE MAISON

SANS BUÉE SUR LES LUNETTES ET EN S'EFFORÇANT DE RESPECTER LA NORME AFNOR SPEC076-001

Mon tissu étant très serré et le masque assez étanche - je ne remarque aucune fuite d'air, ni sur les joues, ni sur le menton, ni dans les yeux - , j'ai fait les photos en utilisant 2 couches de tissu. Si vous utilisez un tissu moins serré, il faut prendre 3 couches et vous pouvez suivre les explications en tenant en plus compte des *commentaires écrits en italique*.

Selon mes dernières lectures (j'écris le 19 mai 2020), **le virus meurt s'il est exposé à 60° pendant 4 min.** Par ailleurs, dans le protocole pour la reprise des cours dans les écoles au 11 mai 2020, on considère qu'il n'y a pas besoin de décontaminer une pièce qui n'a pas du été utilisée pendant au moins **5 jours**.

ENTRETIEN DU MASQUE

Le masque doit être lavé à 60°C et séché rapidement après lavage. La norme conseille un séchage machine et un "surséchage" éventuel. Initialement je passais mes masques au four ménager à 80°C pendant une demi-heure, dans l'espoir que les fameux 60°C pendant 4 min soient vraiment atteints partout dans le masque. Il existe une méthode plus simple et plus écologique de décontamination (mais qui nécessite d'avoir assez de masques de rechange) : suspendre le masque à l'air libre pendant au moins 5 jours dans un endroit où personne ne va le toucher (ni souffler dessus, puisque n'oublions pas qu'on peut être porteur asymptomatique et transmetteur du virus.)

Avec ce modèle de masque, vous pouvez très facilement sortir le pince-nez pour le nettoyer et le décontaminer à pat.

N'oubliez pas de vous laver les main avant et après avoir mis ou enlevé le masque, et à chaque fois que vous le touchez par mégarde. Il faut changer le masque dès qu'il est mouillé, et le stocker alors dans un contenant étanche jusqu'au lavage (et essuyer l'extérieur du contenant, et se relaver les mains). La norme dit qu'on peut le garder 4h. Je ne vois pas comment c'est possible sans humidifier le masque... (mon record est 1h30).

CHOIX DU TISSU ET DU FIL À COUDRE

La norme recommande un tissu serré, tissu doit être lavable à 60 degrés. J'utilise du coton, et je prends aussi du coton pour le fil à coudre, ce qui permet d'avoir une matière naturelle et qui ne pose pas de problèmes avec la température lors de l'entretien. La norme conseille par exemple la "popeline 120 fils". Attention, pour certaines popelines la température indiquée pour le lavage est 40°. C'est donc un point à vérifier.


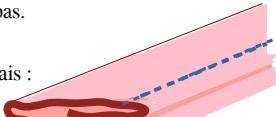

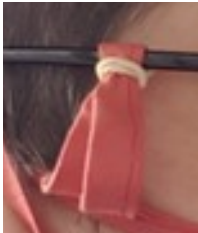
AUTRE MATÉRIEL

Si vous cousez à la machine, une aiguille 90 "jeans" convient parfaitement. Je fais les coutures droites en longueur 3 ou 4 (largeur 0 évidemment) et les zig-zag pour surfiler en largeur 4, longueur 1,5.

Si vous cousez à la main, cousez au point arrière et avec du fil solide.

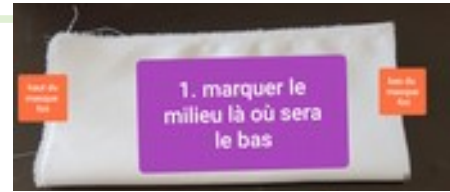
Un crayon de papier et une règle d'écolier suffisent pour le marquage.

Si vous faites le pince-nez : du fil de fer (diamètre déjà testé : 1,2 mm et 1,5 mm = OK) . Il ne doit pas être trop fin ni trop épais. Le positionnement des lanières est prévu pour bien plaquer le pince-nez contre le visage.

LE MASQUE	LES OPTIONS
 <p>Coupez vos rectangles aux dimensions 20 cm x 22 cm</p> <p>Préparez 4 lanières mesurant au moins 45 cm chacune. Une manière simple de savoir si les lanières sont assez longues : essayez sur votre tête, si une lanière fait presque le tour, c'est bon. Je prends du biais, mais l'important est juste que la lanière ne glisse pas.</p> <p>Principe de préparation du biais : plier 3 fois, coudre</p> 	<ul style="list-style-type: none">• <u>les boucles anti-chutes de lunettes.</u> à utiliser avec un petit élastique qui coince chaque branche : des <i>commentaires écrits en italique</i> vous indiqueront comment les ajouter ; prévoyez pour chacune 12 cm de lanière en plus, pliez-la, cousez-la à environ 4 cm d'un bout de la lanière.   <ul style="list-style-type: none">• <u>le pince-nez</u> Outre le problème de la buée, je ne vois pas trop l'intérêt de porter un masque qui laisse passer de l'air devant nos yeux (c'est vrai que ça évite au moins d'éternuer sur nos voisins) ; si vous voulez supprimer le pince-nez, partez d'un carré 20 cm x 20 cm et suivez les <i>commentaires écrits en italique</i>.• <u>élastiques au lieu des lanières</u> Je pense que c'est peut-être joli au début, mais sans intérêt car quelle est la réaction d'un élastique chauffé ? Et quand on va vouloir adapter l'élastique à la tête de quelqu'un, le pauvre élastique risque fort de se transformer en lanière... enfin je vous ai quand même mis des <i>commentaires en italique</i> si vous tenez à cette méthode. Prévoyez dans ce cas 2x 35 cm d'élastique souple.

1.

Je prends un morceau de tissu.
Je plie.
Je marque le milieu du côté du bas
du futur masque.

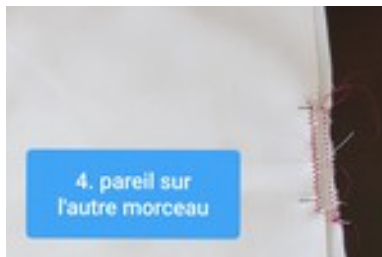


2.

Je marque l'emplacement du trou.

3.

Je surfile l'emplacement du trou sur ce morceau :
couture zig-zag au bord, entre les deux traits.



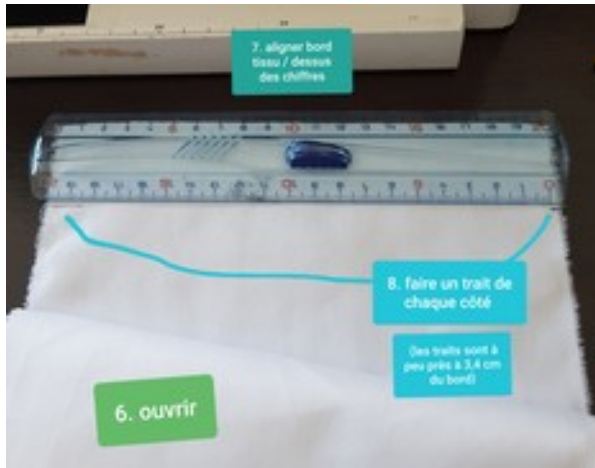
4.

Je fais l'autre morceau de la même manière.
Pour 3 épaisseurs : je superpose les 2 morceaux de tissu restant, envers/endroit/envers/endroit, et je couds les deux en même temps comme s'il s'agissait d'un seul morceau de tissu.

5.

Je superpose les morceaux de tissu
endroit contre endroit :
je ne vois que l'envers du tissu
(qui est donc sur le dessus et sur le dessous)
Pour 3 épaisseurs : je fais comme si le morceau double n'était qu'un seul morceau.
Et pareil, je ne dois voir que l'envers du tissu, que ce soit sur le dessus ou sur le dessous de mon tas.





6. J'ouvre le tas, je mets le côté déjà cousu vers moi.

Pour 3 épaisseurs : je mets ensemble les tissus que j'avais précédemment regroupés (savoir de quel côté le morceau seul et de quel côté sont les morceaux groupés n'a par contre pas d'importance)

7.

Si ma règle est un double-décimètre Maped : je le pose au bord du tissu en alignant le haut des numéros sur le bord.

Sinon je mesure à 3,4 cm du bord d'en haut.



8. Je trace un repère de chaque côté.

9.

Je pose sous le trait le bout d'une lanière ... d'un élastique.



10.

Je fais une petite couture droite, très près du bord (pour qu'elle soit cachée ensuite), juste pour maintenir provisoirement la lanière ou l'élastique. Ce n'est même pas la peine de faire un noeud.

Si je veux l'option "boucles pour les lunettes", je dispose la boucle vers le haut.



option élastiques

11.

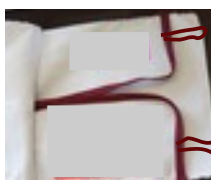
Je fais pareil de l'autre côté avec une nouvelle lanière

*ou avec l'autre bout de l'élastique
SELON LA NORME,
LES ÉLASTIQUES SE PASSENT
DERRIÈRE LA TÊTE,
ET NON PAS DERRIÈRE LES OREILLES*

12.

Je glisse les lanières dans le trou.

On peut aussi sortir un peu l'élastique par le trou, ce qui permettra d'avoir déjà un morceau à tirer pour retourner l'ouvrage à l'étape 17



option boucles pour les lunettes

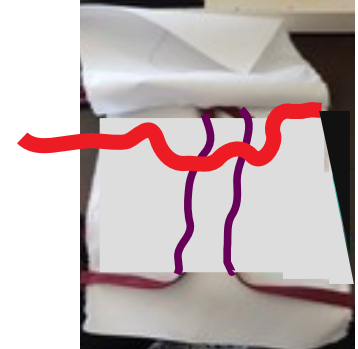
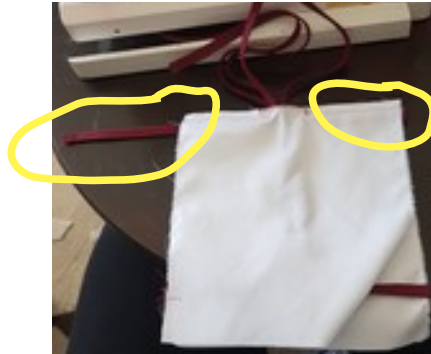


13.

Je passe les autres lanières dans le trou, sans les coudre.

Je pose l'ouvrage couture déjà faite en haut, c'est-à-dire que le bas du masque est en haut sur mes photos.

Je fais bien dépasser une lanière à gauche, je cale la dernière à droite, je referme.
Je prends le deuxième élastique, je le fais dépasser à gauche, je le cale à droite, je referme.



option élastiques

14.

Je commence une couture droite en maintenant la première lanière avec ma main.

Je fais attention à ne pas prendre involontairement un autre morceau d'une lanière ou d'un élastique dans la couture.

Attention aussi quand j'arrive aux autres lanières :



Quand j'arrive vers les lanières ou l'élastique du haut, j'ouvre le tissu et/ou je tâte, pour bien maintenir un angle droit.



Quand j'approche de la dernière lanière ou du dernier bout d'élastique, je m'arrête pour la ou le positionner correctement.





15. Les éléments du masque sont maintenant en place.

Je surfile pour que ce soit bien solide : un zig-zag tout autour.
Si un point saute de temps en temps sur le contour, ce n'est pas très grave.

Par contre, à chaque fois que je passe sur une lanière ou un élastique, je fais quelques points en arrière pour solidifier la fixation.



16.

Je coupe les coins, ce sera plus facile pour retourner le masque.
Attention à ne pas couper les coutures.

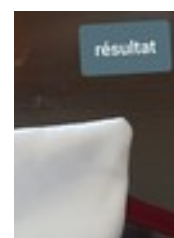


17.

Je retourne en passant tout dans le trou.

18.

Je fais bien ressortir les coins.
En bas c'est facile en tirant sur les lanières.
Pour le haut je peux utiliser un crayon.
Attention à ne pas trouser le tissu.



19.

Je fais bien ressortir les coutures, je peux utiliser le fer à repasser.

20.

Je repasse à plat.



21.

Je m'occupe du bas du masque (là où il y a le trou) : je replie de la largeur de la lanière et le couds. Le pli est du côté intérieur du masque, là où le masque est en contact avec la peau.
Couture droite, aller en avant / arrière aux deux extrémités pour faire des noeuds



22.

En haut, je replie au-dessus de la lanière : cela crée un logement pour glisser le pince-nez, que les lanières plaqueront contre le visage.



23.

Début du pliage : superposer les deux coutures visibles. Repérer le milieu.
(La règle ne sert à rien, c'était juste pour tenir pour faire la photo)



24.

Plier.
Avec un peu d'habitude ça va vite, mais ça peut être laborieux la première fois.

ATTENTION : on n'utilise toujours aucune épingle sur la surface du masque !!!



FACULTATIF

mais cela permet finalement de gagner du temps et surtout de ne pas risquer de devoir défaire la prochaine couture :

je fais un seul point de couture tout au bord, à l'endroit où les deux plis devront se toucher, et je fais un noeud très serré.

25.

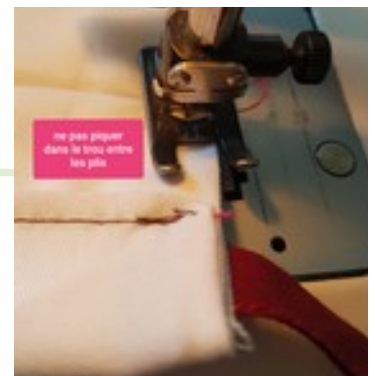
Je couds un côté, puis l'autre.
Je ne pique toujours pas d'épingle dans le masque. Il faut bien coller les deux plis (le petit noeud précédent aide bien ...) :
- rapprocher les morceaux
- bien tenir
- aller TRÈS lentement pour le point à cheval sur les deux plis ; au besoin tirer un peu le tissu dans un sens ou l'autre pour que surtout l'aiguille ne tombe pas entre les plis : cela limitera considérablement les risques de fuite d'air.

Les deux choses auxquelles on doit faire attention sont donc :

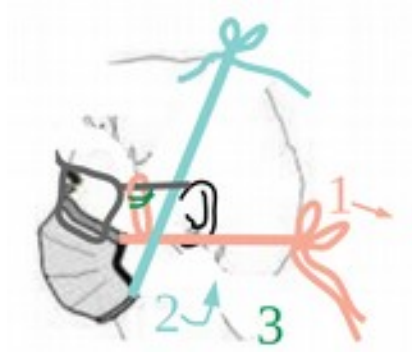
- pas d'espace entre les plis
- ne pas coudre le logement du pince-nez....

Pour le masque pris en photo, j'avais utilisé du vieux fil de récupération, beaucoup trop fin.

J'ai donc fait 3 passages. Si vous utilisez un fil neuf et solide, une seule couture devrait suffire. Si vous voulez renforcer le milieu, faites-le bien à l'extérieur de la couture principale. Il faut bien garder à l'esprit de ne faire aucun trou sur la surface utile du masque. Et ce n'est pas parce que vous avez repassé votre masque et qu'à l'oeil nu on ne voit plus de trou que vous n'avez pas détruit sa structure au niveau microscopique... et le virus est tout petit, hein



26. Vous pouvez déjà utiliser votre masque comme un masque sans pince-nez



*option lanières +
boucles pour les lunettes
dessin tiré de la norme
puis retravaillé*



*option élastiques,
image tirée de la norme*



27.

Je prépare le pince-nez :

Je coupe un morceau de fil de fer,

par exemple 1,2 ou 1,5 mm , fil de fer de jardinage, fil pour ligaturer les bonzaïs, ...

Une fois les deux extrémités recourbées, le pince-nez sera entièrement caché dans le logement (pas de risque de blessure) :



Il faut s'efforcer de faire les deux boucles dans le même plan.

C'est terminé !!!

