



## MASCHERINE DI COMUNITÀ AUTOPRODOTTE per contrastare la diffusione del virus

### Uso delle mascherine di comunità autoprodotte



- Come le altre mascherine, vanno indossate nei luoghi chiusi e in tutti gli altri contesti, anche all'aperto, **in cui è difficile mantenere il distanziamento sociale.**
- Anche l'uso di mascherine di comunità autoprodotte aiuta a contrastare la diffusione del virus se usate bene e costantemente.
- Le mascherine di comunità possono essere realizzate a casa con materiali comuni a basso costo.
- Le mascherine di comunità in stoffa non devono essere utilizzate da chi ha difficoltà a respirare, o è incapace di rimuoverle da solo; in Italia comunque non c'è l'obbligo di far indossare mascherine ai bambini con meno di sei anni.
- È bene precisare che le mascherine di comunità, sia autoprodotte, che commerciali, non sono dispositivi medici (come le mascherine chirurgiche) né dispositivi di protezione individuale.

### Come indossare le mascherine autoprodotte

Le mascherine autoprodotte devono:

- adattarsi perfettamente e in maniera confortevole al viso;
- essere fissate alle orecchie con lacci o elastici;
- includere più strati di tessuto;
- consentire la respirazione senza restrizioni;
- essere lavabili in lavatrice senza essere danneggiate o deformate.



### Dubbi?

**Le mascherine autoprodotte devono essere lavate?**

Sì, devono essere lavate ogni volta che sono state usate e possono essersi contaminate.

**Come si possono pulire in modo sicuro?**

È sufficiente un lavaggio in lavatrice a 60°C.

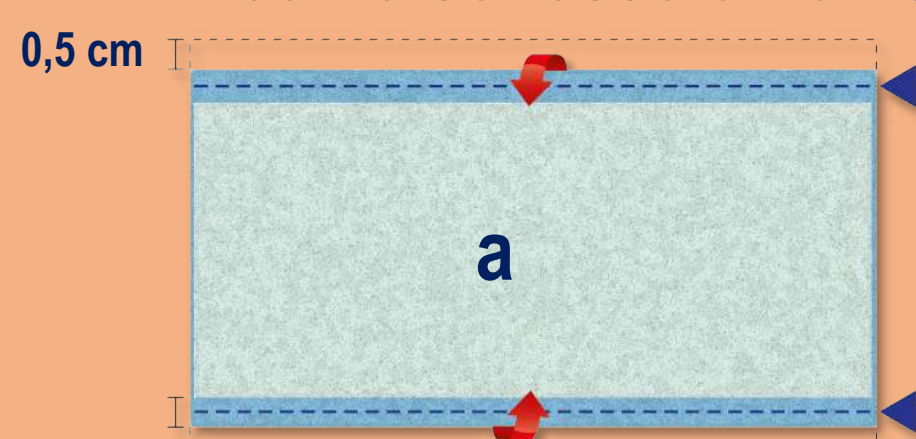
**Come si tolgono correttamente dal viso?**

Bisogna fare attenzione a non toccarsi gli occhi, il naso, la bocca quando si rimuovono. È necessario lavarsi le mani immediatamente dopo la rimozione.

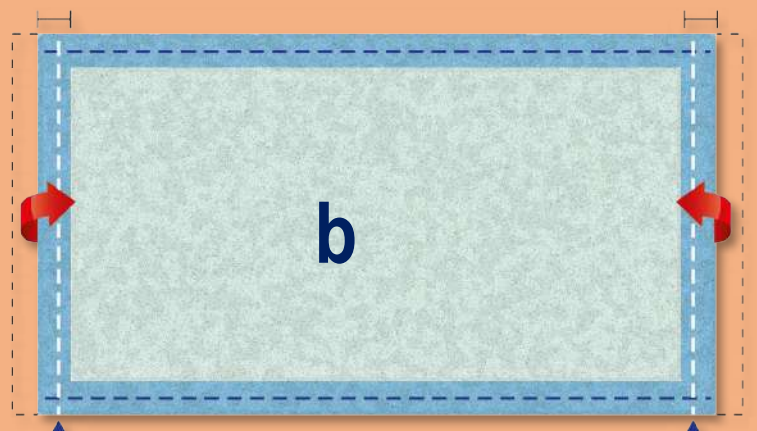
### Consigli per realizzare mascherine auto-prodotte

#### Procedimento

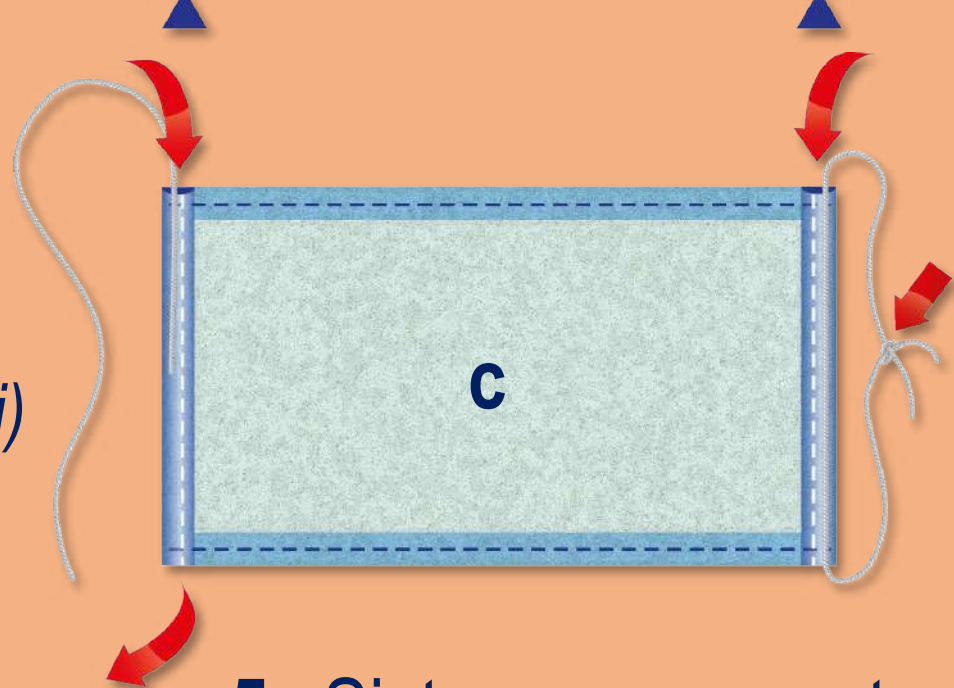
1. Ritagliare due rettangoli di tessuto da 25 x 15 cm. Utilizzare cotone o altro tessuto non allergizzante, a trama fitta. Sovrapporre i due rettangoli e cucirli come se fosse un unico pezzo di stoffa.



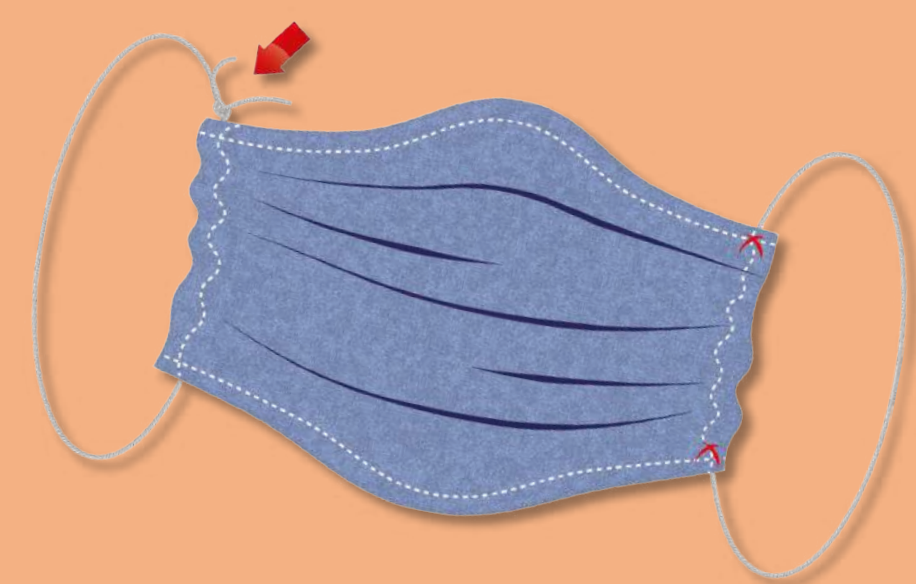
2. Ripiegare la stoffa sui lati lunghi e fare un orlo di circa mezzo centimetro (a). Quindi piegare la stoffa su entrambi i lati corti e cucirli lasciando uno spazio di un centimetro per far passare l'elastico (b).



3. Passare l'elastico attraverso l'orlo laterale su ambedue i lati corti della mascherina (c). Usare un ago grande o una forcina per infilare l'elastico nell'orlo. Legare bene le estremità dell'elastico. Se non si ha a disposizione un elastico, si possono usare lacci o elastici per capelli.



4. Tirare delicatamente l'elastico in modo che i nodi siano nascosti all'interno dell'orlo.



5. Sistemare accuratamente la stoffa intorno all'elastico e raggrupparla in modo che la mascherina si possa ben adattare al viso. Quindi cucire bene l'elastico per evitare che si muova.

#### Materiali

- ✓ 2 rettangoli di tessuto da 25 x 15 cm
- ✓ 2 pezzi di elastico da 15 cm (o spago, strisce di tessuto, elastici per capelli)
- ✓ ago e filo (o forcina)
- ✓ forbici
- ✓ macchina da cucire