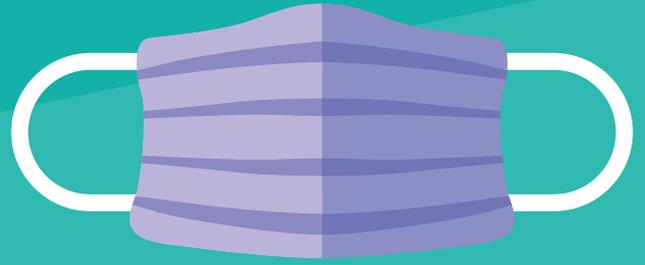


# Fabrication de masques maison pour les patients de l'Institut



**Merci de nous aider à fournir des masques aux patients de l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa (ICUO).** Pendant cette pandémie de COVID-19, nous connaissons une pénurie de masques chirurgicaux à usage personnel pour les gens qui doivent absolument sortir de chez eux, notamment pour des rendez-vous médicaux.

On trouve en ce moment sur Internet de nombreux modèles de masques à fabriquer à la maison. Si vous souhaitez donner des masques à l'ICUO, nous vous prions de suivre l'un des deux modèles ci-dessous. Vous pourrez déposer vos confections à l'endroit ci-dessous, où ils seront lavés et traités avant d'être remis à nos patients.



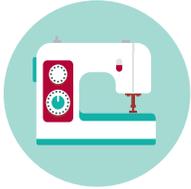
## Dépôt

**Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa**  
40, rue Ruskin  
Ottawa (Ontario)  
K1Y 4W7



## IMPORTANT

- **Veillez ne pas fabriquer de masques ni faire don de masques si vous habitez avec une personne :**
  - qui fume;
  - qui a reçu un diagnostic de COVID-19;
  - qui a voyagé au cours des 2 dernières semaines;
  - qui présente des symptômes de maladie respiratoire (essoufflement ou toux), fièvre, diarrhée, vomissements ou nausées, fatigue, frissons, maux de tête, maux de gorge, écoulement nasal ou éternuements, congestion nasale, voix rauque ou difficulté à avaler.
- Veuillez laver le tissu avant de confectionner les masques, vous laver les mains et travailler sur une surface propre.
- Utilisez des matériaux que vous avez à la maison plutôt que de sortir en acheter.
- N'essayez pas les masques.



## Matériel nécessaire

- Machine à coudre
- Ciseaux
- Tissu (de préférence 100 % coton) coupé en rectangles de 16,5 cm x 24,15 cm
- Si vous avez du fil élastique à bijoux OU du ruban élastique en tissu de 3 mm, **suivez le modèle A ci-dessous.**
  - Coupez le fil ou le ruban en sections de 18 cm.
  - Si vous utilisez du fil élastique, faites un nœud à l'extrémité de chaque section. Ne faites pas de nœud si vous utilisez du ruban élastique.
- Si vous n'avez pas d'élastiques, vous pouvez fabriquer vos propres cordons avec 2 bandes de coton de 4 cm x 86 cm en **suivant le modèle B ci-dessous.**
- Fil



## Instructions – modèle A (avec élastiques)

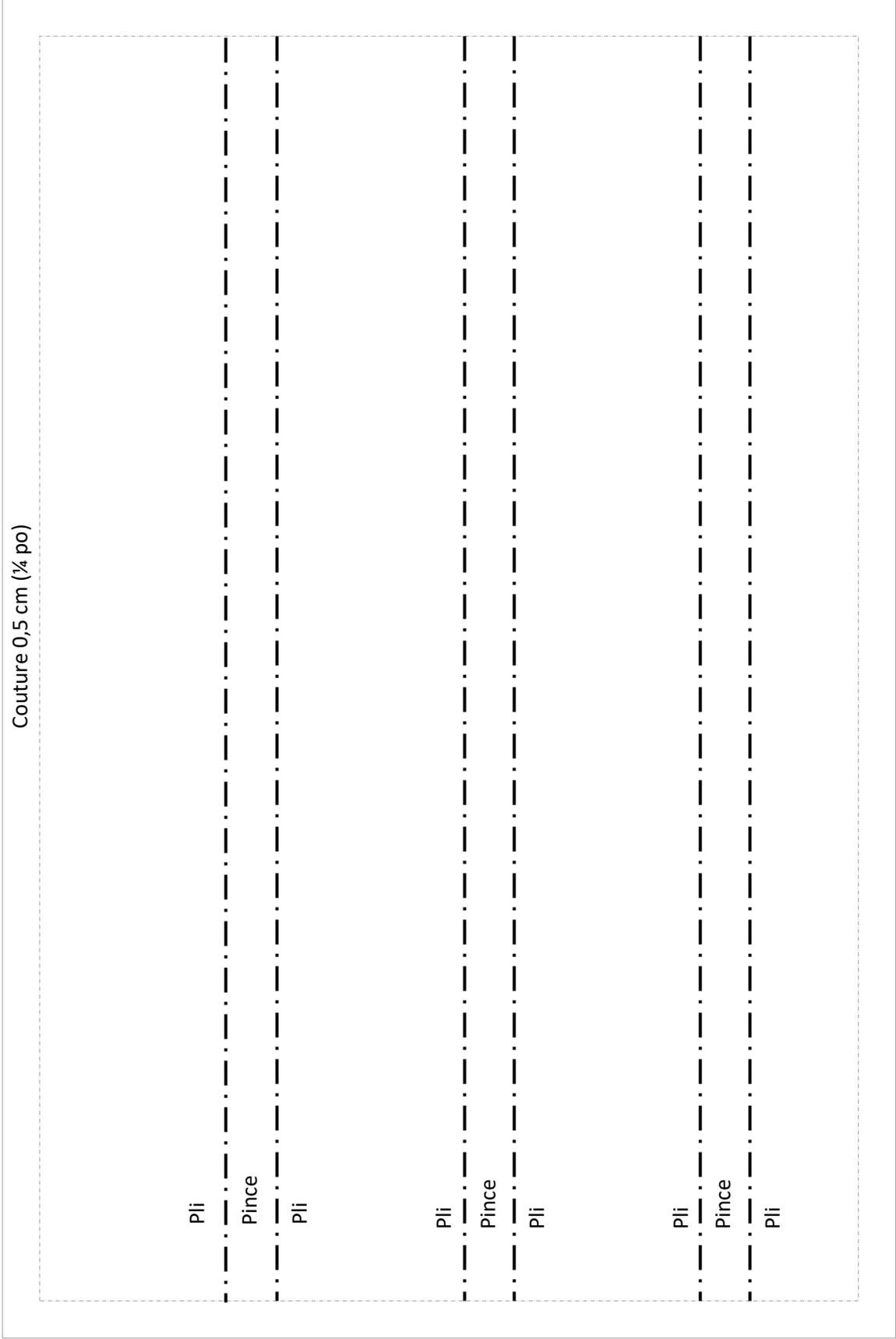
1. Superposez deux rectangles de tissu de 16,5 cm x 24,15 cm endroit contre endroit (motifs à l'horizontale).
2. À partir du centre du bord inférieur, piquez jusqu'au premier coin, puis arrêtez.
3. Cousez une extrémité de l'élastique en la faisant dépasser légèrement dans le coin (l'élastique doit être à l'intérieur des rectangles de tissu). Faites quelques points avant-arrière pour maintenir l'élastique bien en place.
4. Piquez jusqu'au coin suivant et cousez l'autre extrémité du même élastique en faisant encore quelques points avant-arrière pour solidifier le tout.
5. Piquez le haut du masque jusqu'au coin suivant, puis arrêtez.
6. De la même façon, cousez une extrémité de l'élastique en la faisant dépasser légèrement dans le coin.
7. Piquez jusqu'au coin suivant et cousez l'autre extrémité du même élastique.
8. Poursuivez jusqu'en bas, en laissant une ouverture de 4 à 5 cm. Arrêtez et coupez les fils.
9. Retournez le masque à l'endroit.
10. Épinglez 3 plis de chaque côté du masque. Assurez-vous que les plis sont tous dans le même sens.
11. Surpiquez tout le contour du masque 2 fois. Coupez les fils qui dépassent.



## Instructions – modèle B (avec cordons en tissu)

1. Superposez deux rectangles de tissu de 16,5 cm x 24,15 cm endroit contre endroit (motifs à l'horizontale).
2. Piquez le haut du masque à 0,5 cm du bord, d'un coin à l'autre. Arrêtez et coupez les fils.
3. Piquez le bas du masque à 0,5 cm du bord, d'un coin à l'autre. Arrêtez et coupez les fils. Votre morceau devrait avoir l'air d'un tube si vous l'ouvrez.
4. Retournez le masque à l'endroit.
5. Épinglez 3 plis de chaque côté du masque.
6. Piquez chaque côté à 0,5 cm du bord pour fixer les plis.
7. Coupez le surplus de couture au besoin et mettez cette pièce de côté pour fabriquer les cordons.
8. Dans le sens de la longueur, repliez vers l'intérieur chaque côté des bandes de tissu de sorte que les bords se rencontrent au milieu. Repassez.
9. Repliez à nouveau la bande en deux, bords non finis à l'intérieur. La bande devrait maintenant mesurer 1 cm de large.
10. Pour fixer le cordon au masque, faites correspondre le milieu du cordon au milieu du côté du masque. Ouvrez le cordon et insérez-y le bord du masque. Épinglez.
11. Fixez le cordon au masque en piquant de haut en bas, le plus près possible du bord du cordon (en veillant à piquer à travers toutes les épaisseurs). Arrêtez et coupez les fils.
  - N.B. : À ce stade, vous ne cousez pas tout le cordon, vous le fixez seulement au masque.
12. Répétez l'étape 11 de l'autre côté du masque pour fixer l'autre cordon.
13. Vous pouvez maintenant terminer la couture des cordons. Piquez le plus près possible du bord de chaque cordon en rentrant les bords non finis vers l'intérieur. Vous pouvez piquer le cordon de haut en bas en repassant sur le masque pour renforcer l'ensemble.
14. Coupez tous les fils qui dépassent.

Masque - modèles A et B



Cordon pour le modèle B (Découpez et collez bout à bout pour obtenir 1 cordon)

