

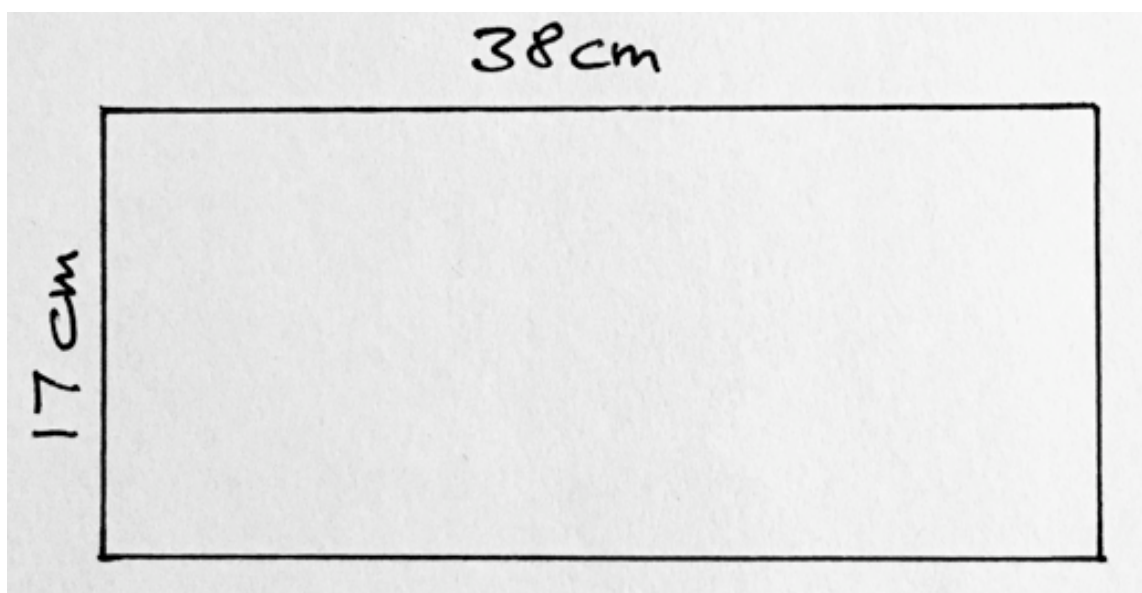


**Como posso fazer uma
máscara?**

@we_can_stop_corona

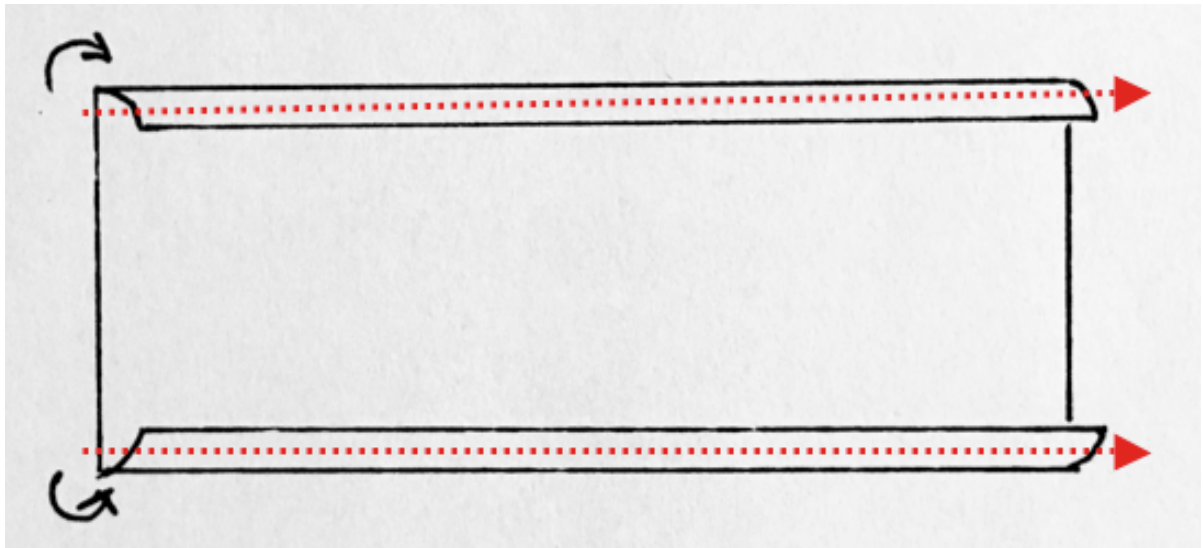


Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.



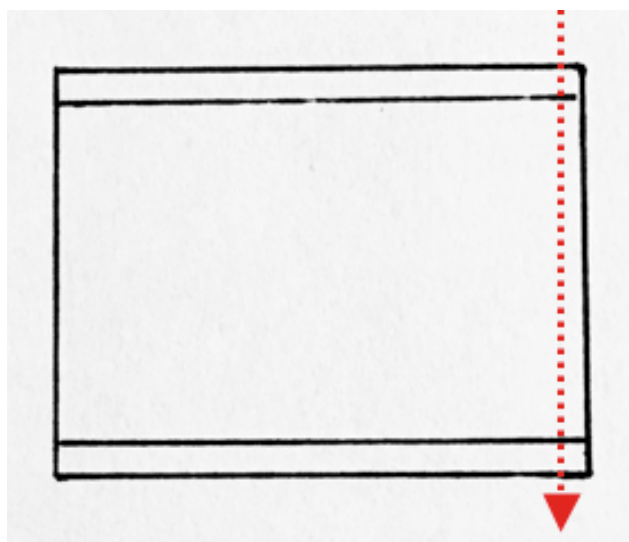
1. Corte o tecido de um travesseiro ou lençol (algodão ou linho – sem sintéticos!)

Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.



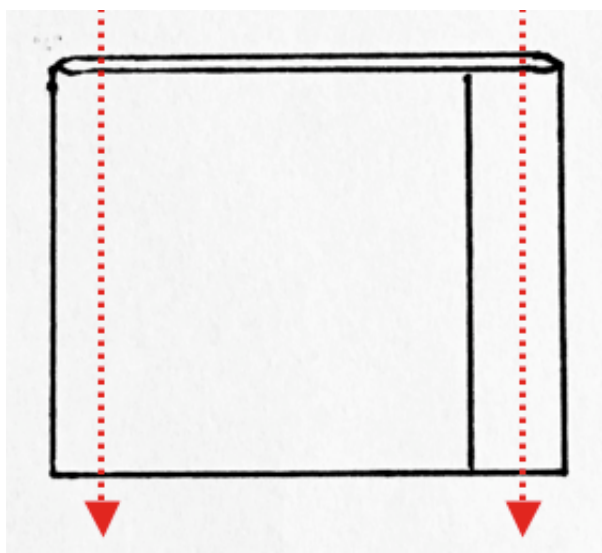
2. Dobre as pontas mais longas em 1 cm e as costure (bainha).

Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.



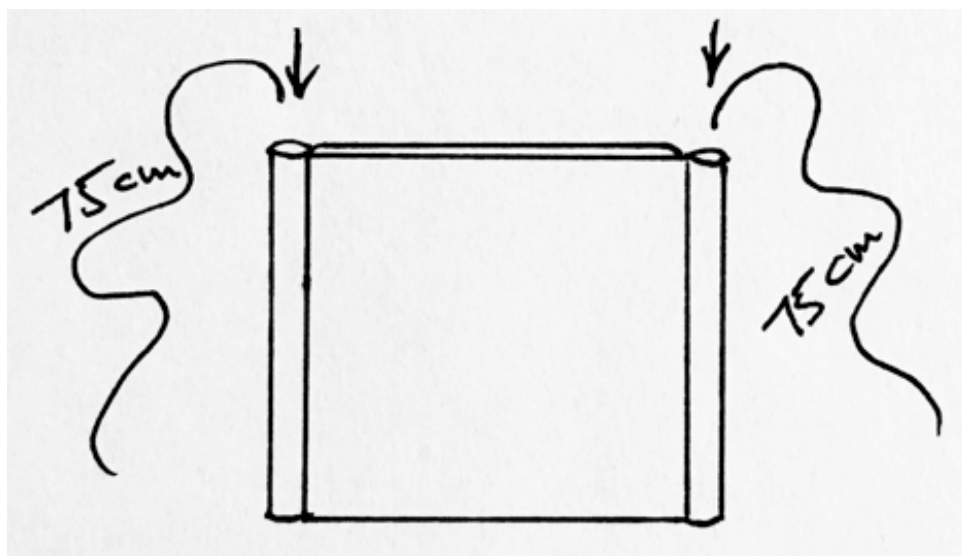
3. Dobre o tecido (bainha de fora), costure as extremidades a uma distância de 1 cm; vire de dentro para fora (agora as bainhas estão dentro)

Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.



4. Mova o tubo de tecido para que a costura não fique maior no final, mas levemente para o lado; costurar nas extremidades a uma distância de 1,5 cm (ponto intermediário).

Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.



5. Puxe duas longas fitas ou cordões, de aproximadamente 75 cm, em ambos os lados; deixe as extremidades abertas.

Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.

6. Passe a máscara (2 ou 3 vezes) – isso matará vírus e bactérias! Coloque lenços de papel dobrados entre as duas camadas da máscara (sim pessoal, o papel higiênico também funciona!)



Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.

7. Antes de colocar a máscara: puxe as fitas segurando a máscara e ajuste-a ao seu rosto.



Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.



8. Coloque as quatro extremidades das fitas sobre as orelhas, e prenda-as atrás da cabeça (o nó pode ficar preso para facilitar a retirada).

Atenção: Esta máscara não o protegerá contra o coronavírus, mas reduzirá a transmissão do vírus, e protegerá os outros! Se todos, ou pelo menos a maioria das pessoas, estiverem usando máscaras, você também está protegido.

Ao chegar em casa:

- Primeiro, lave bem as mãos;
- Retire a máscara segurando apenas as fitas (não toque na parte da frente!);
- Passe a máscara **IMEDIATAMENTE**;
- Lave suas mãos novamente;

A máscara pode ser lavada (60-90°C), mas remova o papel higiênico/lenço primeiro!