

Tutoriel de réalisation d'un masque barrière à plis

selon les préconisations du guide des spécifications AFNOR S76-001 du 27/03/20



Sommaire

• Présentation	
• Pourquoi ce modèle de masque ?	2
• Le matériel nécessaire	2
• Les 3 grandes étapes de fabrication	2
• Fabrication	
• 1 - Le clip	3
• 2 - Le masque	
A - la coupe et les ourlets	3
B - le pliage	4
• 3 - Les finitions	
A - les coulisses	5
B - les élastiques	5
• Les variations de fixation	5
• Fabriquer un clip	6
• Entretien	
• Le lavage & séchage	6
• Annexes	
• Les tissus et filtres possibles	7
• Les liens importants de référence	8



PRESENTATION

Pourquoi ce modèle de masque ?

Ce modèle est le «masque barrière à pli» avec élastiques oreilles préconisé par le guide des spécifications AFNOR S76-001 du 27 mars 2020. Il a été choisi après plusieurs essais (masque canard, masque CHU de Grenoble) pour son efficacité, sa facilité et rapidité d'exécution. Il a cependant été modifié de manière à ne pas avoir besoin de patron si vous n'avez pas d'imprimante ou papier, pour pouvoir insérer un clip pour le nez, pouvoir glisser une protection barrière supplémentaire, être réalisé avec un minimum de couture.

Il peut être réalisé soit à la machine à coudre, soit à la main et convient aux femmes comme aux hommes.

Pour être claire, ce masque barrière n'est pas à usage médical. Son utilisation est en complément des précautions d'hygiène préconisées comme le lavage fréquent des mains (savon ou gel hydro-alcoolique) et le port de gants. Il

ne doit pas être porté plus de 4 heures. Il doit systématiquement être enlevé et lavé

dès votre retour chez vous. Ce tutoriel a été réalisé pour apporter une aide

aux particuliers dans le cadre précis de cette période de confinement

donc dans un environnement confiné et réduit en terme de

matériaux et matériel. A la question, **mais à quoi ça sert d'en**

mettre si ce n'est pas aussi performant qu'un masque

FFP2 ? Porter un masque lorsque l'on est dans un lieu

public permet de se protéger soi-même et de respecter

les autres. C'est un outil naturel de distanciation sociale.

Il vous évite aussi de vous toucher le visage. Enfin, si

vous n'avez aucune autre protection possible, il permet

tra au moins de vous protéger temporairement.

Rappelons pour information que la bactérie du Covid-19

mesure moins d'1 micro et qu'elle ne peut en aucun cas

être arrêtée par une seule couche de tissu. A ce jour, il

est demandé de maintenir une distance sociale d'1 mètre,

sachez que le médecins britanniques préconisent 1,83 m et

2 mètres aux USA.

Soyez prudent et bon travail !



FABRICATION

Le matériel nécessaire :

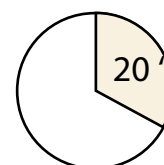
- Un nécessaire de couture : ciseaux, épingle, mètre, fil etc...
- Une machine à coudre,
- Un fer à repasser

- Un tissu fin mais serré (Cf page X)
- 2x 22 cm d'élastique rond (2mm) ou plat (5 mm)
- Un clip

Les 3 grandes étapes de fabrication :

- 1 - Le clip
- 2 - Le masque : A (coupe et ourlets) + B (le pliage)
- 3 - Les finitions : A (les coulisses) + B (les élastiques)

Le temps d'exécution :



FABRICATION (suite)

1 - Le clip

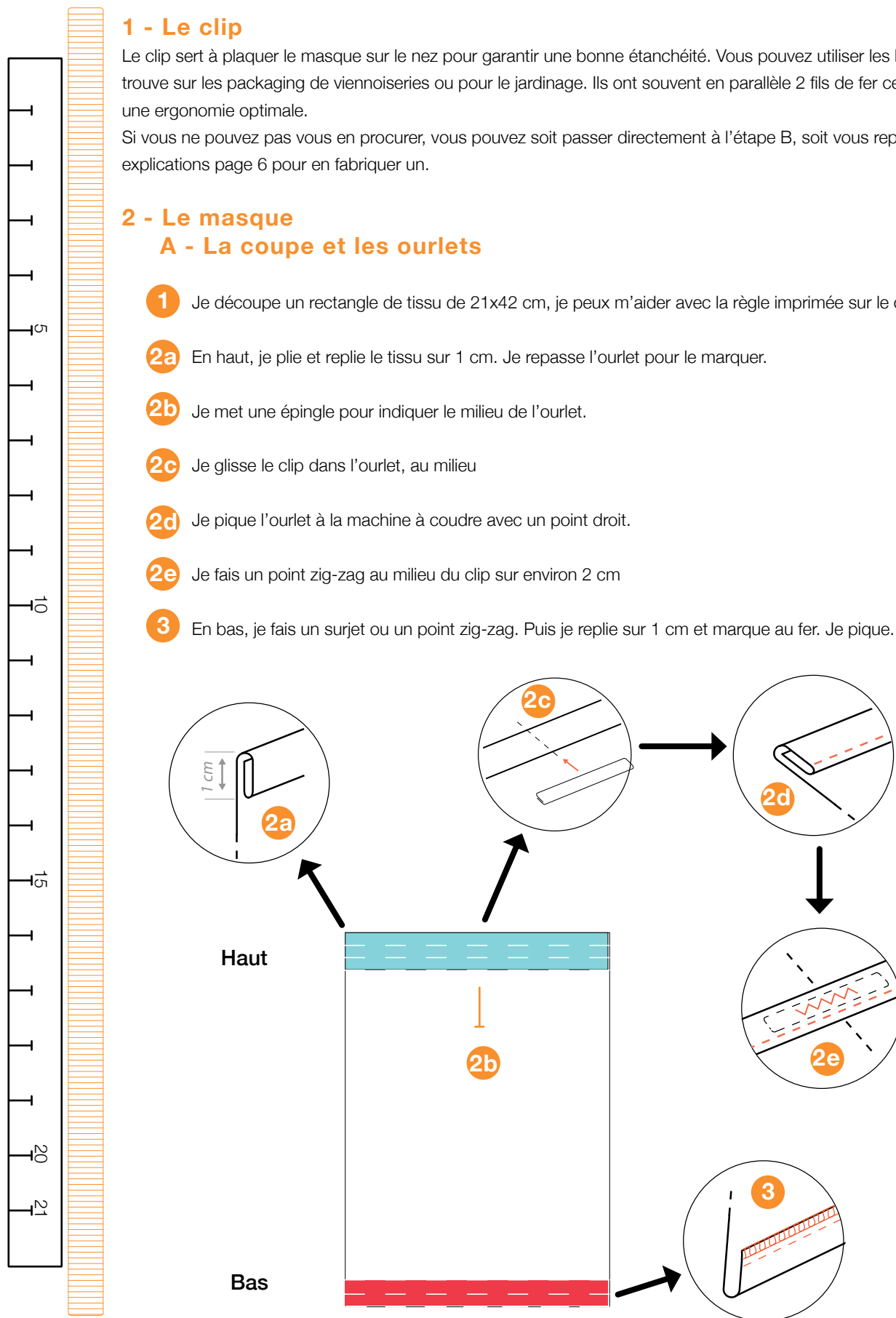
Le clip sert à plaquer le masque sur le nez pour garantir une bonne étanchéité. Vous pouvez utiliser les liens que l'on trouve sur les packaging de viennoiseries ou pour le jardinage. Ils ont souvent en parallèle 2 fils de fer ce qui garantit une ergonomie optimale.

Si vous ne pouvez pas vous en procurer, vous pouvez soit passer directement à l'étape B, soit vous reporter aux explications page 6 pour en fabriquer un.

2 - Le masque

A - La coupe et les ourlets

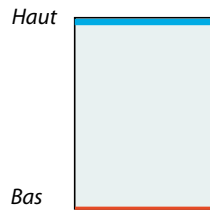
- 1 Je découpe un rectangle de tissu de 21x42 cm, je peux m'aider avec la règle imprimée sur le côté
- 2a En haut, je plie et replie le tissu sur 1 cm. Je repasse l'ourlet pour le marquer.
- 2b Je mets une épingle pour indiquer le milieu de l'ourlet.
- 2c Je glisse le clip dans l'ourlet, au milieu
- 2d Je pique l'ourlet à la machine à coudre avec un point droit.
- 2e Je fais un point zig-zag au milieu du clip sur environ 2 cm
- 3 En bas, je fais un surjet ou un point zig-zag. Puis je replie sur 1 cm et marque au fer. Je pique.



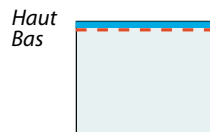
FABRICATION (suite)

B- Le pliage

- 1 Je positionne le rectangle verticalement devant moi



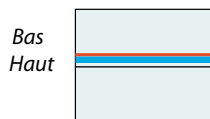
- 2 Je plie en 2
L'ourlet doit rester à la limite de la partie inférieure de l'ourlet du haut



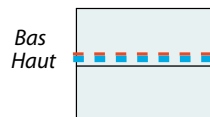
- 3 Je retourne (flip-flap)



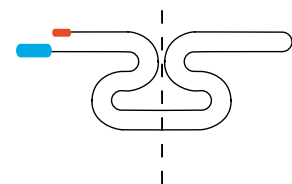
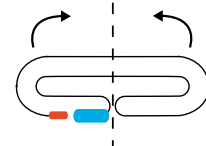
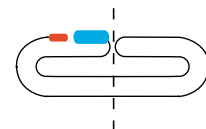
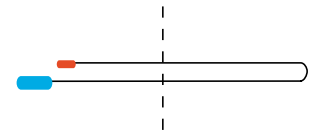
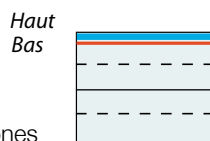
- 4 Je ramène vers le centre



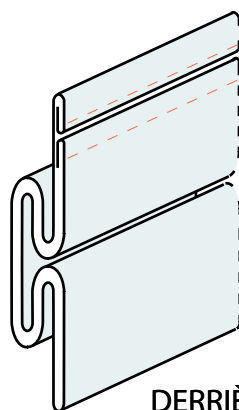
- 5 Je retourne (flip-flap)



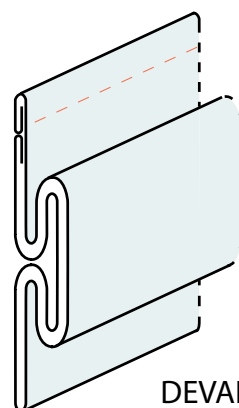
- 6 Je ramène encore une fois vers le centre, et je fixe les plis avec des épingles ou des trombones



Vue de profil une fois plié



DERRIÈRE
(Intérieur)



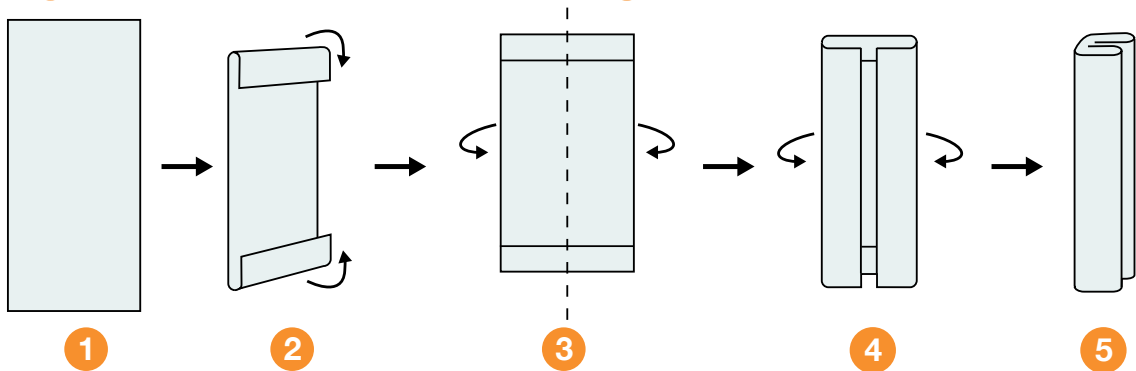
DEVANT
(Extérieur)

FABRICATION (suite)

2 - Les finitions

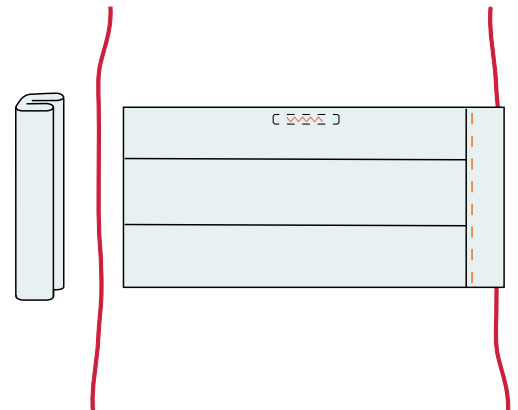
A - Les coulisses

- 1 Couper 2 rectangles de 11 x 5 cm
- 2 Replier 5 mm en haut et en bas des rectangles, repasser
- 3 Replier le rectangle en deux dans le sens de la hauteur, marquer avec le doigt
- 4 Rabattre les 2 côtés vers le centre, repasser
- 5 Replier à nouveau en 2, repasser











B- Les élastiques : version A

- 1 Couper 2 morceaux d'élastique de 22 cm*
- 2 Positionner un des passants sur un des côtés du masque
- 3 Caler un élastique au fond de la coulisse
- 4 Piquer à l'extérieur au point droit
- 5 Recommencer de l'autre côté du masque
- 6 Nouer les élastiques ensemble. C'est fini !



Récapitulatif des variantes de fixation

			
			
<p>Version A Oreille/élastique</p>	<p>Version B Oreille/élastique</p>	<p>Version C Tête/liens tissu</p>	<p>Version D Tête/élastique</p>
<p>Elastique rond 1-2 mn Elastique plat 5 mm Droite = Gauche</p>	<p>Elastique rond 1-2 mn Elastique plat 5 mm Droite = Gauche</p>	<p>Ruban ou liens tissu 10 mm (fabrication identique à la coulisse mais en plus long) Haut = Bas</p>	<p>Elastique plat 5 à 15 mm Haut + grand que Bas</p>
<p>2x25 cm* 2 coutures</p>	<p>2x12 cm* 4 coutures</p>	<p>2x90 cm* 2 coutures</p>	<p>35 + 25 cm* 4 coutures</p>

* Au préalable, vérifier la longueur nécessaire avant de couper car votre élastique peut être différente de celui testé.

FABRICATION (suite)

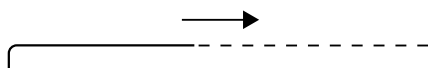
Fabriquer un clip

Le matériel nécessaire : - Une pince coupante et une pince plate
- du fil de laiton, ou fil de fer fin.



Taille réelle du clip

- 1 Couper un morceau d'environ 15 cm de fil de laiton



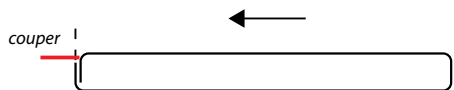
- 2 Avec la pince plate, plier à environ 6 mm du bord à angle droit



- 3 Puis plier à 7 cm,



- 4 Recommencer l'opération



- 5 S'il y a un excédent, couper-le. Il est prêt !



Attention, pour se plier facilement, le diamètre du fil doit être inférieur à celui d'un trombone.

LAVAGE & SECHAGE

Le virus COVID-19 est constitué d'un cœur (pathogène) et d'une enveloppe lipidique, autrement dit de la graisse. Pour le neutraliser, il est primordial de dissoudre son enveloppe. C'est le rôle du détergent. Plus vous frotterez et plus le détergent aura accès aux virus. La température de l'eau a une action sur l'efficacité du détergent.

Il est important de laver vos masques dès la fin de leur utilisation et avec des gants. Il est vivement conseillé de laver les masques à la machine à laver avec un cycle à 60°C. Dans le cas où ce n'est pas possible, le lavage manuel est une alternative, mais doit respecter certaines conditions.

A- Le lavage :

- Mettre des gants pour toutes les manipulations
- Faire chauffer de l'eau à 70°C, casserole ou bouilloire électrique*
- Tremper le masque dans l'eau et couvrir le récipient avec un couvercle pendant 30 mn
- Vider l'eau du récipient et remplacer par de l'eau tiède
- Puis bien frotter le masque pendant au moins 1 mn avec du détergent ou du savon
- Se laver les mains au savon avant de retirer les gants

* ou faire bouillir de l'eau, versez dans le récipient et attendez 5 mn que la température ait baissé (CF Etude température)

LAVAGE & SECHAGE (suite)

B- Le séchage (Situation A ou B)

- Au bout de 30 mm, vider l'eau et rincer à l'eau claire, tiède ou chaude
- Essorer et faire sécher à l'air libre.

Attention, le tissu doit sécher rapidement et complètement (moins de 3 heures). Après essorage, vous pouvez rouler le masque dans une serviette éponge pour absorber au maximum l'eau avant de le mettre à sécher. Il est vivement déconseillé d'utiliser un sèche-linge.

Remarques :

Il est important de sélectionner des matières qui supportent la température au lavage comme le coton, le polycoton, le polyester.

Dans la cas où vous optez pour le lavage machine, il est important de conserver les masques souillés dans un sac plastique fermé hermétiquement afin de ne pas contaminer le reste du linge. Utilisez votre lessive habituelle et n'oubliez pas de stocker vos masques propres à l'abri de l'humidité.

LES MATIERES TEXTILES

LES TISSUS POSSIBLES CHEZ LE PARTICULIER

Le principe :

Utiliser les tissus les plus denses et plus fins possibles mais qui vous permettent de respirer.

- Eviter : - les tissus enduits ou avec un traitement imperméabilisant
- la maille : tricot, sous-vêtement, T-shirt

Test de respirabilité :

Superposer 2 couches de tissus, les mettre sur sa bouche et souffler. Vous devez sentir l'air qui sort. Si vous fabriquez un masque avec plusieurs couches de différentes matières, faites le test avec toutes les matières utilisées.

Les types de tissu possibles : Draps, taie d'oreillers, torchon, nappe, toile de pantalon

Eviter les tissus trop aérés : toile de beurre, gaze ou tout tissu dont vous voyez parfaitement les points lumineux en le mettant à la lumière ...

LES FILTRES POSSIBLES CHEZ LE PARTICULIER

Le principe :

Créer une barrière supplémentaire avec une matière non-tissé. Cependant, il faut avoir du bon sens et ne pas utiliser des matériaux plus néfastes pour votre santé. Les non-tissés ont souvent des adjuvants très toxiques. Privilégiés ceux conçus pour une utilisation pour la peau comme : klennex, sopalin, masques coton démaquillants. Bannissez ceux qui sont déjà humides.

NOTE : Les informations utilisées dans ce tutoriel sont issues de différents articles ou études sélectionnés pour leur sérieux. Toutes les sources sont listées en toute transparence ci-dessous avec un lien interactif pour y accéder. Ce document doit être utilisé en bonne intelligence et ne saurait engagé la responsabilité de son auteur.

Version du 06/04/20

Les sites sont directement accessibles en cliquant sur les liens.

Liens officiels



Site officiel du gouvernement

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>



Le guide des spécifications AFNOR S76-001

<https://www.afnor.org/>



Ministère de la santé et de la solidarité

<https://solidarites-sante.gouv.fr/soins-et-maladies/maladies/maladies-infectieuses/coronavirus/>

Autres liens de référence :



Mettre et enlever un masque

<https://fr.wikihow.com/mettre-un-masque-chirurgical>



Le monde collaboratif se mobilise

Couture & Paillette

<https://coutureetpaillettes.com/mes-coutures/masques-tissus-prevention-coronavirus/>



Data-Palette et Fuz-Hackerspace

https://wiki.fuz.re/doku.php?id=projets:fuz:masques_de_soins



ApprentiLAB

https://pad.lamyne.org/s/BysXIO1LU?fbclid=IwAR20GpXFD2QgqKcfv63WZoS4__yrcjnXShPkMb-f9BOop3ffRfDsWWC6-CBA#



L'entretien et la désinfection des masques (en anglais)

<https://smartairfilters.com/en/blog/disinfect-clean-n95-mask-virus-coronavirus/?rel=1>



Association professionnelle des détergents

<https://www.afise.fr/>



Carte interactive et conseils d'hygiène

<https://www.hopkinsmedicine.org>



Chatbot pour toutes vos questions

<https://www.covidbot.fr/>

Sable^{chaud}
Smart textiles designer

Florence Bost • 06 82 69 89 82 • florence@sablechaud.eu
5 place de la porte de Champerret 75017 PARIS

