



**SENIOR**  
Otrokovice

### Jak ušít roušku – návod krok za krokem

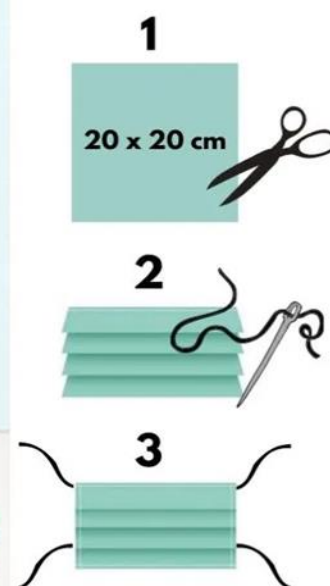
1. Ustříhnete čtverec 20 x 20 cm (obr. 1) z bavlněné látky (100% bavlna). Pokud nemáte doma novou látku, můžete použít staré bavlněné tričko. Dejte si ale pozor, aby bylo ze 100% bavlny, abychom roušku mohli vyvařit a následně sterilizovat od virů.
2. Přeložte horní a spodní okraj čtverce a zapošijte oba okraje tak, aby vznikl rozměr 17 x 20 cm.
3. Přeložte látku tak, aby se na ní vytvořily záhyby viz obr. 2 níže a přežehlete záhyby žehličkou, aby držely tvar. Po přežehlení by rozměr přehýbané látky měl být cca 17 x 10 cm.
4. Zašijte okraje u překládané látky, abyste záhyby zafixovali.
- 5a. Přišijte do každého rohu šňůrku dlouhou alespoň 40 cm viz obr. 3. Jako šňůrku můžete použít bavlněný provázek široký cca 0,5 – 1 cm.
- 5b. Připravte si dvě gumičky délky cca 20 cm. Oba konce každé guničky přišijte z pravé a z levé strany do rohů roušky viz obr. 4.



2A

2B

2C



1

20 x 20 cm

2

3

4

