



Masque de détente

la détente avant tout !!!
Ce masque vous permettra de
détendre vos yeux, que vous
le mettiez au chaud ou au
froid...



Fournitures :

- Chutes de tissu 100% coton: 30x40 cm
- 80g de graines de lin

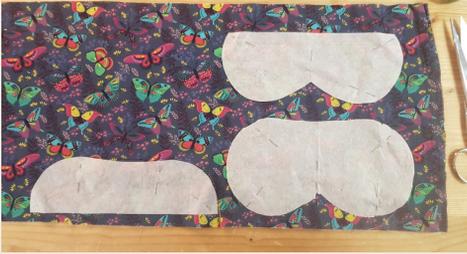
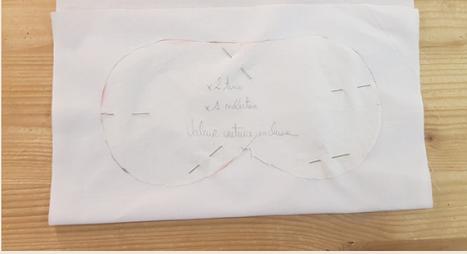


1 COUPER

Pour ce tuto, nous vous proposons différentes formes de masque, à vous de faire celui qui vous plaît le plus.

Dans tous les cas, la manière de les assembler est identique.

Couper les pièces comme indiqué ci-dessous.



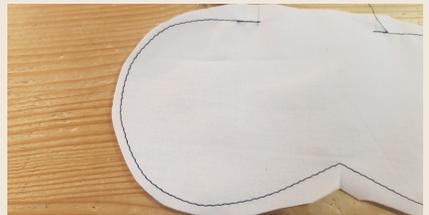
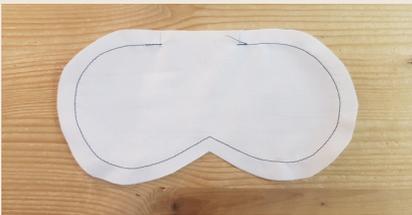
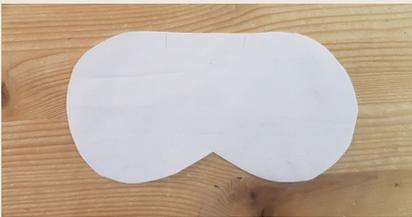
Il faut donc couper la base 2 fois dans le tissu uni et une fois dans le tissu imprimé.

Une pièce haute, et une pièce basse dans le tissu imprimé.

2 INTÉRIEUR

Positionnez vos deux pièces intérieures endroit contre endroit, et piquez tout le tour à 1cm du bord, en laissant une ouverture de 6cm sur le haut.

Crantez au niveau de l'angle du nez, et dégarnissez tout le tour.



3

GARNIR



Retournez votre pièce, et repassez la pour lui donner sa forme.

Garnissez votre masque de graines de lin, mettez-en suffisamment pour remplir le masque, mais pas trop pour que celui ci ne vous accrase pas les yeux au porter !



Fermez le masque avec une piqûre neruure (2mm du bord).

Attention à ne pas coudre les graines !!!!

4

EXTERIEUR



Prenez vos pièces extérieures basse et haute. Sur les parties droites, faites un ourlet de 5mm, soit pliez une première fois sur 5mm, puis une deuxième fois.

Faites votre piqûre à quelques millimètres du bord.



5 GARNIR



Superposez vos pièces basses et hautes. Elles doivent se chevaucher sur 1cm.



Positionnez ensuite votre élastique au niveau des ourlets, endroit contre endroit, puis posez la dernière pièce de tissu par dessus.



Faites une piqûre sur tout le tour sans laisser d'ouverture, ni coincer votre élastique.





Crantez l'angle du nez, et dégarnissez tout le tour.

Retournez et repassez votre masque pour lui donner sa forme.

Glissez le sac rempli de graines.



Il est possible que le masque ait tendance à s'ouvrir au niveau du rabat, si c'est le cas, trop de graines ont été glissées dans le sac..

Testez le au porter afin de voir si cela vous convient et détendez vous !



Félicitation votre masque est terminé.

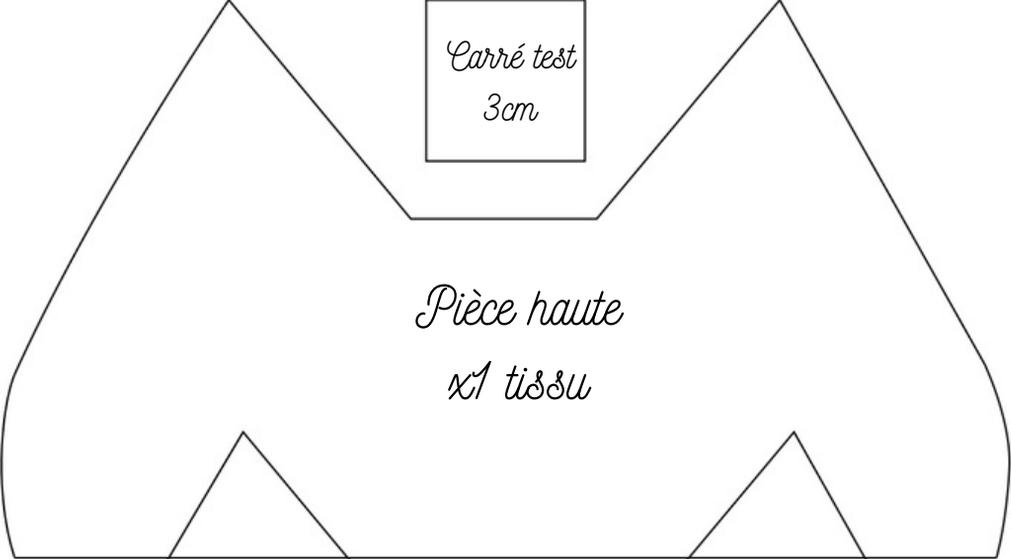
Vous pouvez passer le sac de graines au four micro-ondes 15sec à 700W, ou le mettre au congélateur, en fonction de l'effet dont vous avez besoin.

Les graines de lin dégagent une odeur, c'est normal.

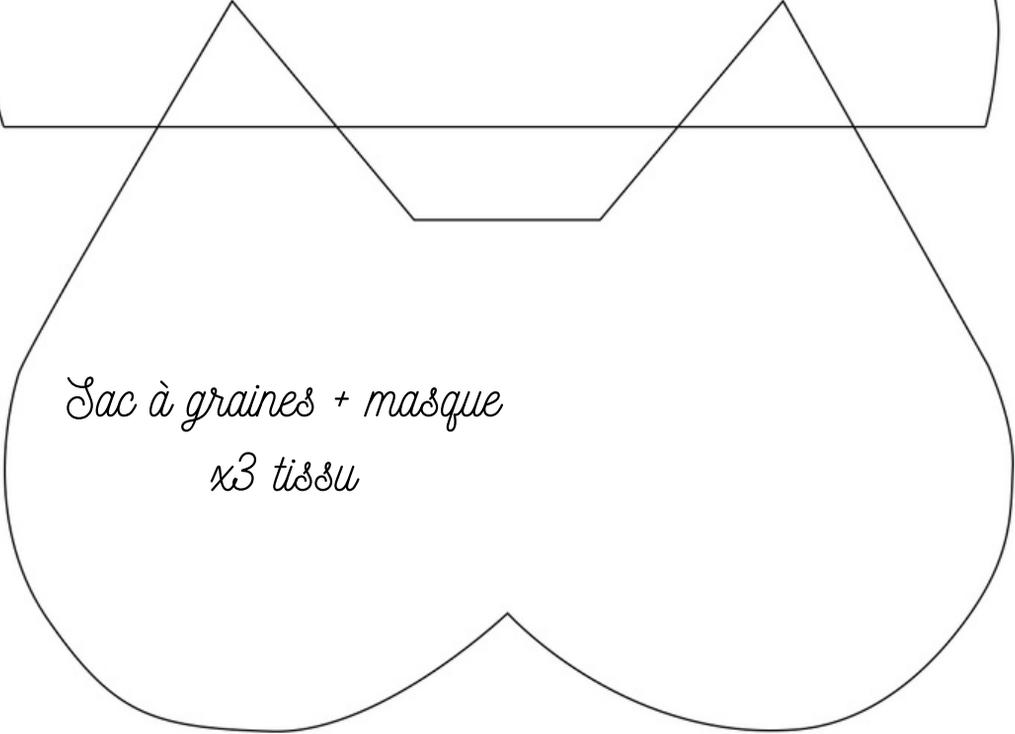




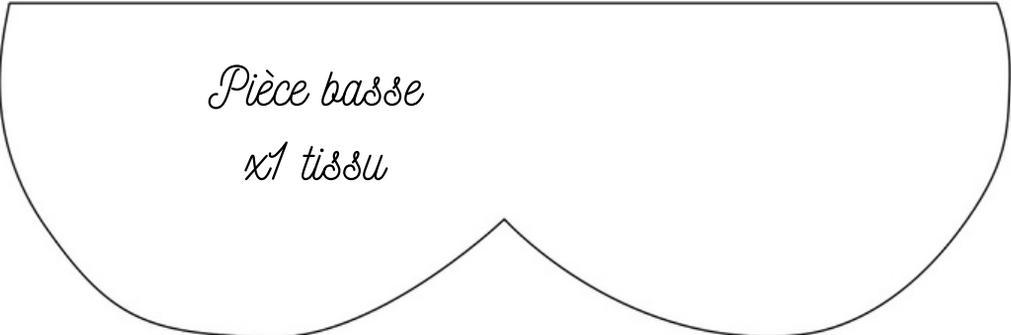
*Carré test
3cm*



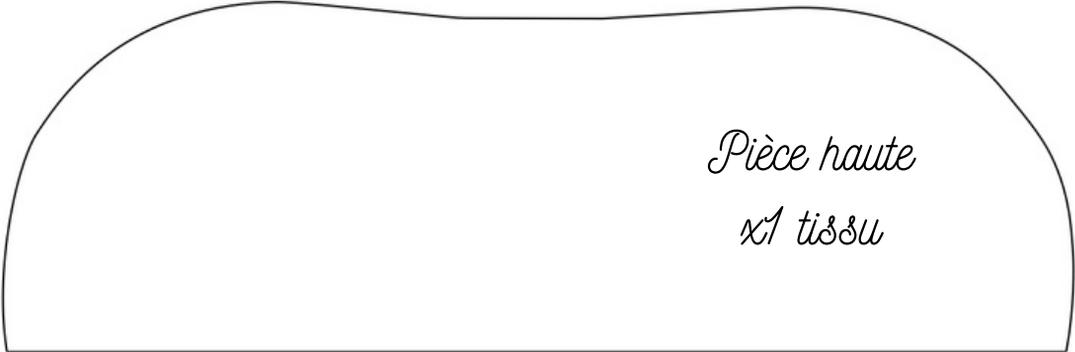
*Pièce haute
x1 tissu*



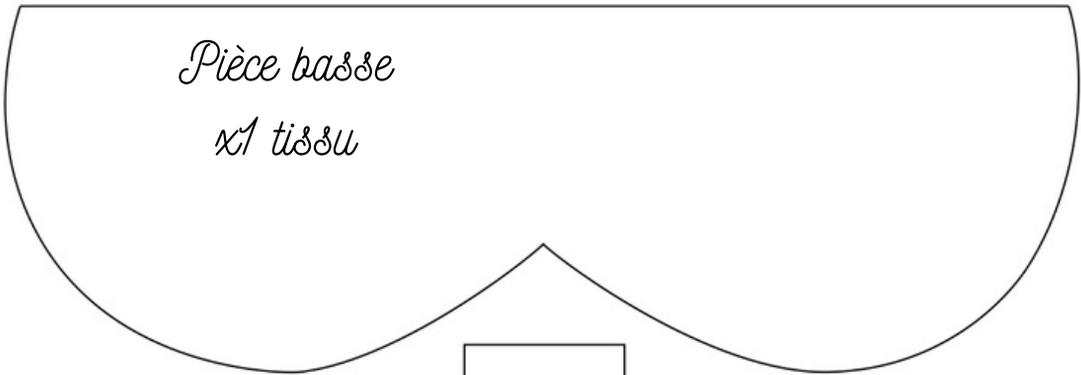
*Sac à graines + masque
x3 tissu*



*Pièce basse
x1 tissu*



Pièce haute
x1 tissu



Pièce basse
x1 tissu



Carré test
3cm



Sac à graines + masque
x3 tissu