

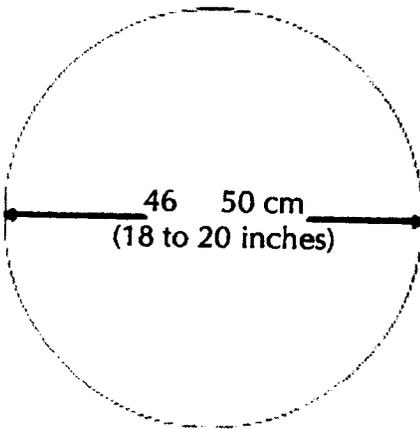
## ANEXO 5 FAZER ROUPAS DE PROTECÇÃO

### Instrução para se fazer a touca

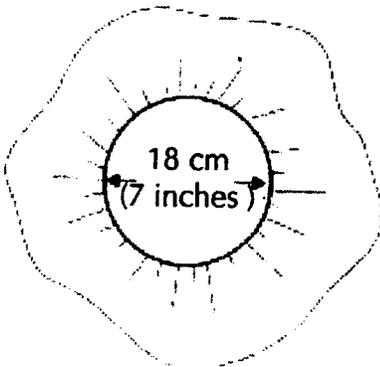
Material necessário:

¾ metros de elástico

51 Cm2 Roupa de algodão



1. Corte um pedaço da roupa de algodão a volta que tenha 46 cm a 50 cm de diâmetro

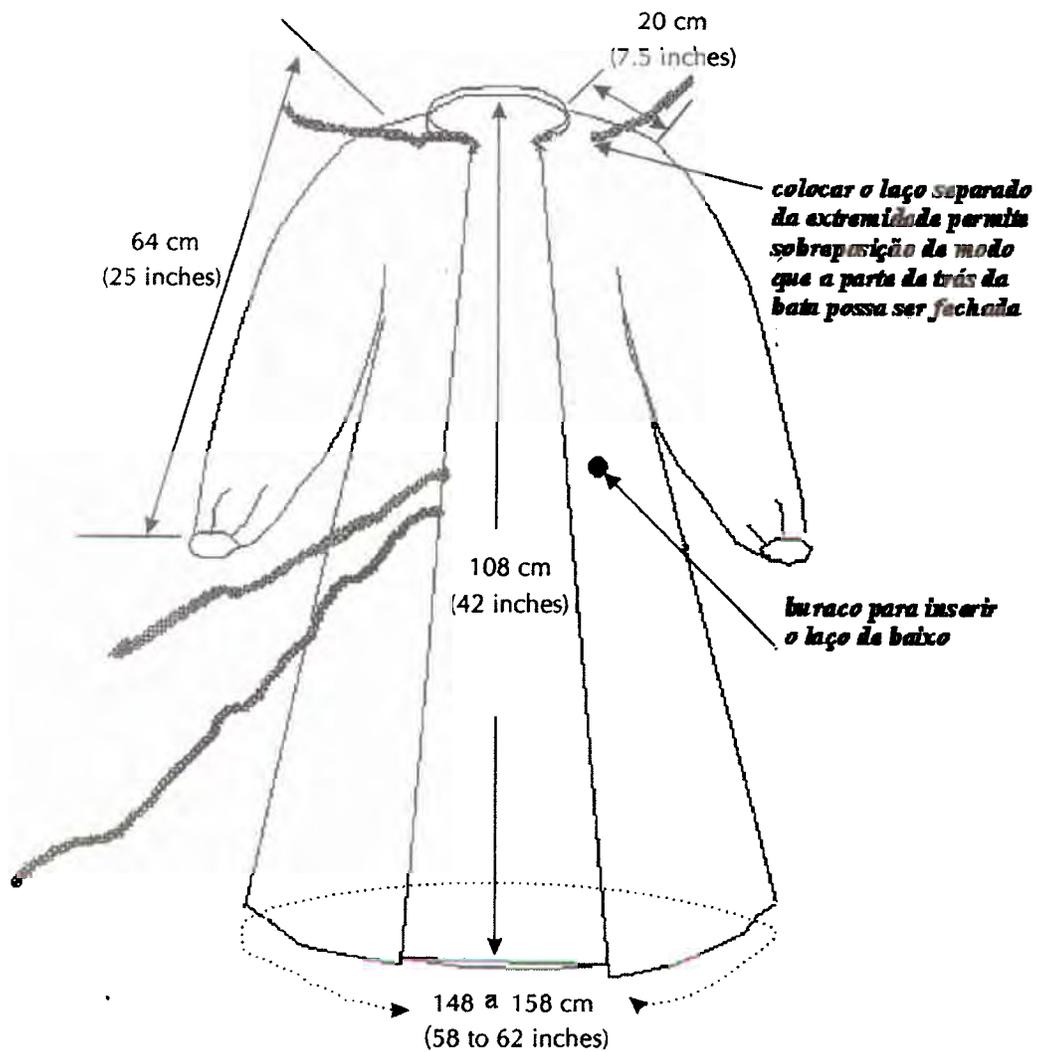


2. Cosa elástico nas extremidade e forme um circulo com 18 cm de diâmetro

## Instrução para se fazer uma bata

Materiais necessários:

1,5 metros de roupa de algodão para fazer uma bata

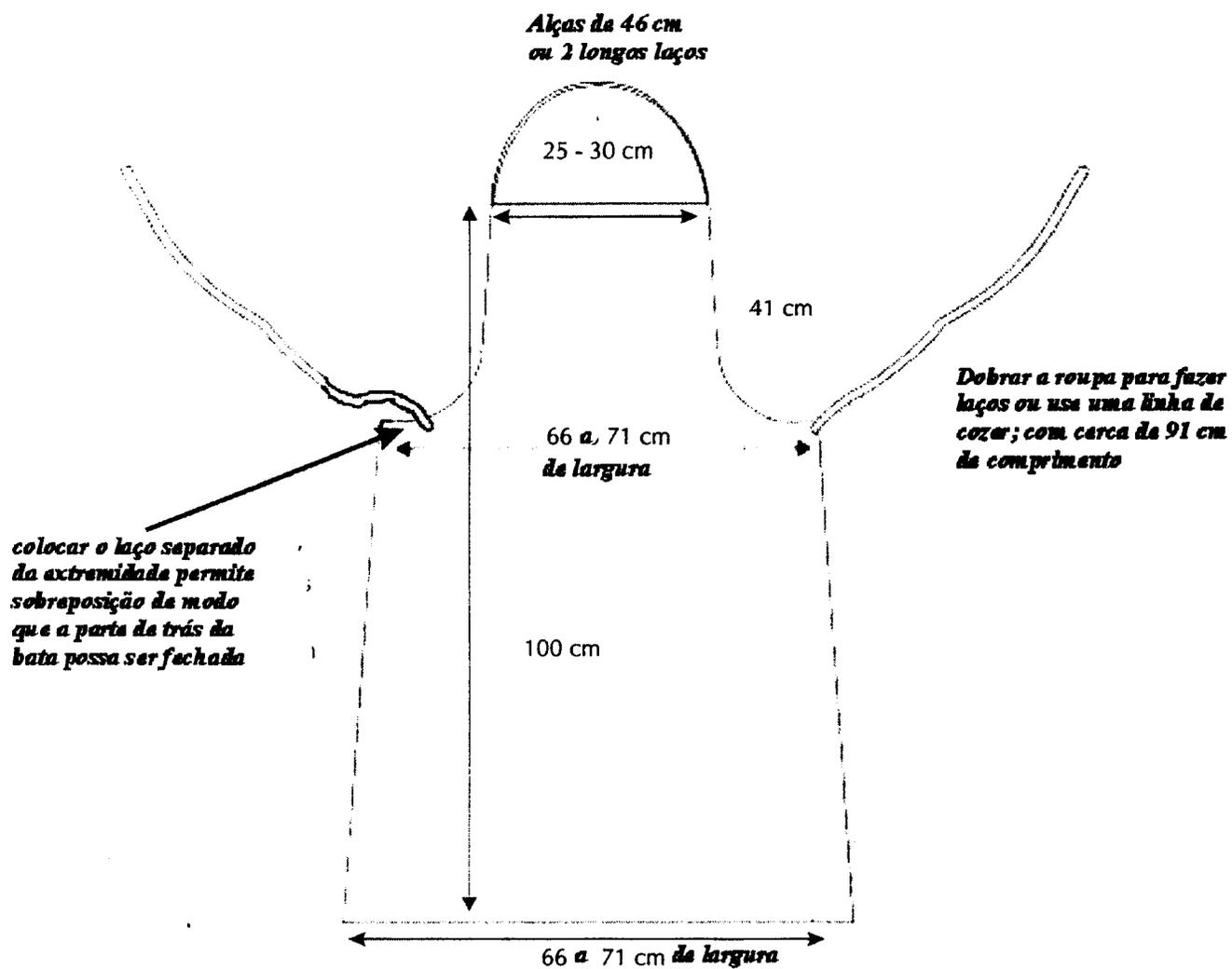


## Instrução para se fazerem aventais

Materiais necessários (para se fazer 2 aventais):

1 ¼ metros lençol de plástico ou roupa de plástico usada para cobrir mesas de cozinha

91 cm de linha de cozer



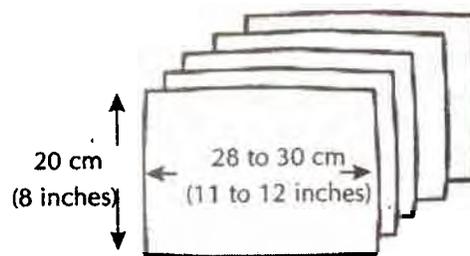
## Instrução para se fazer uma máscara de algodão

Materiais necessários:

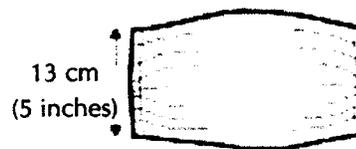
1 metro de tecido de algodão para se fazer no mínimo 2 máscaras

50 cm de uma segunda cor para se fazer o interior das máscaras

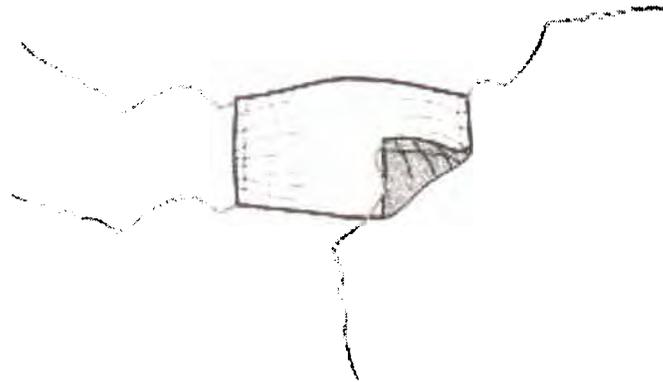
1. Corte 4 pedaços de roupa de algodão para o tamanho mostrado.



2. Corte um pedaço de uma cor diferente. Use-a como o interior da máscara



3. Cosa os 5 pedaços e una ou dobre os lados verticais até 13 cm de comprimento. Cosa todos os pedaços num lugar



4. Cosa os laços