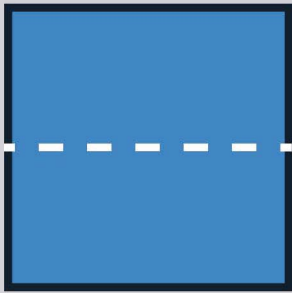
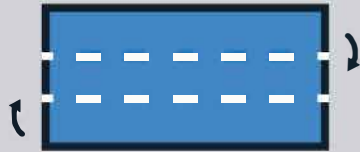


# COMO FAZER SUA PRÓPRIA MÁSCARA

## COMO FAZER UMA MÁSCARA COM UMA BANDANA:



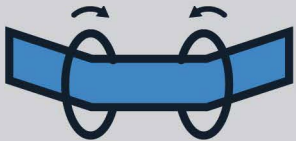
**PASSO 1**  
Dobre a bandana ao meio



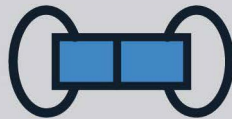
**PASSO 2**  
Dobre a bandana em três partes



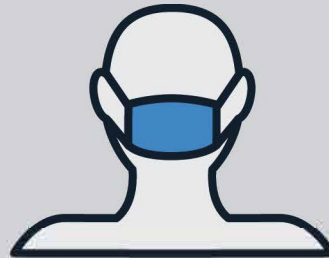
**PASSO 3**  
Coloque elásticos em cada extremidade, com uma distância de 15 cm entre eles



**PASSO 4**  
Dobre as laterais até o meio e junte-as



**PASSO 5**  
Segure a máscara pelos elásticos e coloque-a sobre o nariz e a boca



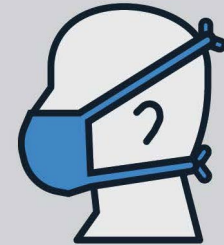
## COMO FAZER UMA MÁSCARA COM UMA CAMISETA:



**PASSO 1**  
Corte a parte de baixo de uma camiseta, uma altura de cerca de 18-20 cm



**PASSO 2**  
Corte uma parte de 16-18 cm e, depois, corte as tiras



**PASSO 3**  
Amarre as tiras no topo da cabeça e no pescoço