**Jak ušít bavlněnou roušku**

Budete k tomu potřebovat látku ze 100% bavlny, ideálně plátno, aby se rouška dala sterilizovat, tedy vyvařit ve vysoké teplotě (můžete využít klasické bílé (nové) prostěradlo).

Na jednu roušku potřebujete látku o rozměrech:

1x 20 x 20 cm a 2x 3,5 x 100 cm pruhy

**POSTUP:**

1. Na dvou protilehlých stranách připraveného čtverce látky zahněte 2x 0,5 cm a prošijte.
2. **Dle střihu** si udělejte nástřihy, které výrazně usnadní tvorbu skladů, zažehlete a zajistěte ještě špendlíky.
3. Pruhy - okraje po celé délce zahněte cca 0,5-0,7 cm a zažehlete, poté přeložte ještě napůl a znovu zažehlete.
4. Do takto připravených proužků vložíme do středu zažehlenou roušku, schováme do něj její nezačištěný okraj a zajistíme špendlíky.
5. Špendlíky zajistíme i celý zbytek proužku.
6. Konce proužku rozložíme, zahneme 1 cm dovnitř a opět poskládáme dle zažehlení. Zajistíme špendlíkem.
7. Celé proužky prošijeme.

VIDEO K NÁVODU NA <https://daya.cz/blogs/news/jak-usit-bavlnenou-rousku>