

# Faça seu próprio absorvente ecológico

## Instruções

1. Imprima o molde em um papel grosso e corte ao longo da linha pontilhada.
2. Inverta o lado de um pedaço do tecido e trace o molde sobre ele usando uma caneta ou marcador. Repita com outro pedaço do tecido.
3. Usando uma tesoura afiada, corte os dois pedaços do tecido de algodão.
4. Coloque um pedaço em cima do outro, com os lados estampados voltados um para o outro.
5. Costure as laterais dos dois pedaços de tecido, deixando as partes superior e inferior abertas.
6. Dobre as bordas das partes superior e inferior e costure ao longo delas, criando uma bainha.
7. Vire o tecido do avesso, mostrando a estampa e ocultando as costuras do lado de dentro. Costure as laterais / abas.
8. Costure um botão no centro da aba direita.
9. Faça uma marca com caneta na aba esquerda, onde você precisará fazer uma abertura para botão. Corte a abertura e costure ao redor das bordas para evitar desgaste.
10. Use uma régua para cortar dois retângulos de 20 cm de comprimento por 6 cm de largura de uma toalha. Coloque as peças uma sobre a outra e costure-as ao longo da parte superior e inferior.
11. Prenda um alfinete de segurança grande na parte superior do revestimento. Em seguida, insira o revestimento na caixa, usando o pino de segurança para puxá-lo para cima. Por fim, remova o alfinete. Está pronto seu absorvente!

## Materiais

- Papel grosso
- Caneta ou marcador
- Régua
- Tesoura
- Tecido fino (algodão é o ideal)
- Tecido grosso (de uma toalha antiga, por exemplo)
- Botão
- Agulha
- Linha
- Alfinete de segurança

## Cuidando do seu absorvente

Faça capas e revestimentos adicionais para poder trocar e usar ao longo do dia e da noite.

Para lavar seu absorvente, retire o revestimento e enxague as duas partes com água. Depois, você pode lavar na mão ou na máquina de lavar.

