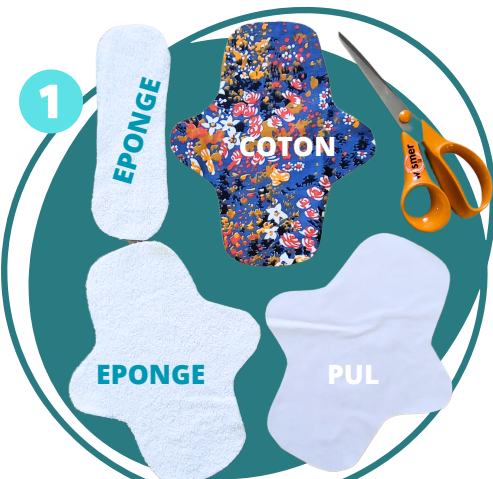
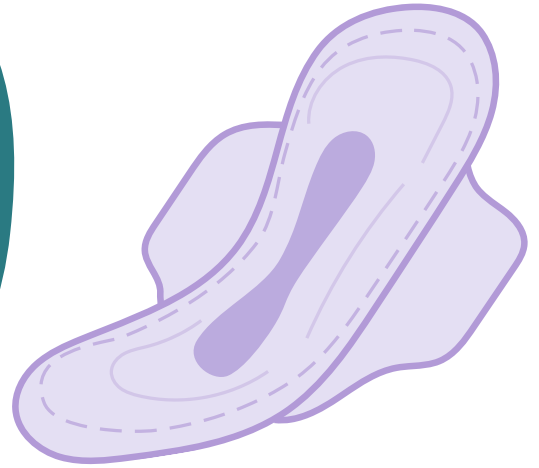


# TUTO SERVIETTE HYGIÉNIQUE LAVABLE

BY EVODIA



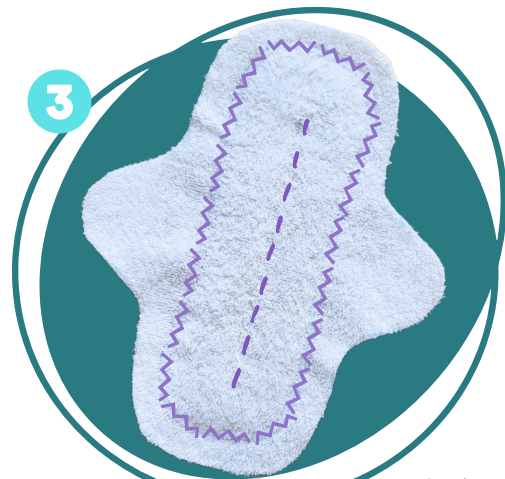
- Machine à coudre
- Fil
- Ciseaux
- Épingles/pinces
- Boutons pression
- Pince perforatrice ou pique
- Crayon gras
- Tissu PUL
- Tissu absorbant micro éponge bambou\*
- Tissu coton (chute de tissu, drap, ...)
- Patron x 2 (disponible sur [evodia.org](http://evodia.org))



1 A l'aide des patrons, découper les différentes parties  
(vous pouvez vous aider d'une serviette jetable pour la taille des patrons)



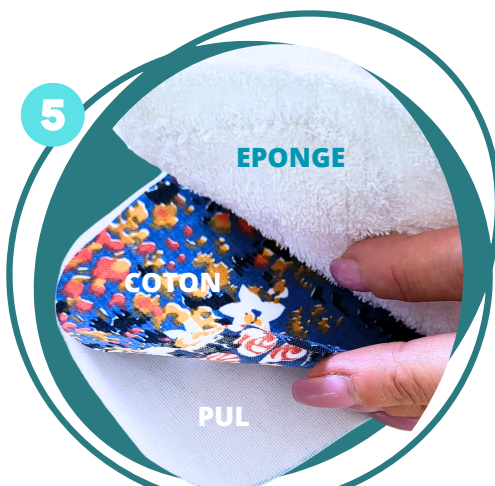
2 Épingler ensemble les 2 parties absorbantes



3 Les coudre au point zig-zag  
• Faire une couture au point droit au milieu



4 Superposer la partie éponge avec le coton et le pul



5 1. PUL face enduite vers le bas  
2. Coton face endroit au dessus  
3. Eponge avec insert vers le haut



6 Maintenir le tout avec des pinces et coudre le tour à 1 cm du bord en laissant une ouverture de 4 cm





7  
Retourner l'ouvrage par  
l'ouverture laissée



8  
Coudre tout le tour à 0,5 cm du  
bord au point droit  
en veillant à bien refermer  
l'ouverture



9  
Percer les ailerons sur le bord



10  
Fixer les pressions à l'aide de la  
pince

Votre serviette est terminée



ÉVODIA  
Seul.e, je TRIE. Ensemble, on RÉDUIT.  
C'est PARTI !

\*tissu oeko-tex ou bio car en contact avec la peau