

# INSTRUCCIONES PARA HACER TOALLAS HIGIENICAS REUSABLES

Esperamos que esta toalla higiénica reusable de tela funcione exactamente para cuando la necesites. Puedes utilizar el número de capas que necesaries, dependiendo de la absorbencia que necesites. ¡Recuerda lavar la toalla siempre con agua fría y así, reusar! Puedes remojar con sal para desmanchar.

## CORTAR EL PATRON

Principal



Capas



1. Necesitarás el patrón principal, un patrón para las capas y otro patrón para el absorbente.
2. El principal y las capas se hacen con camiseta de algodón. El absorbente es de 2 capas de plástico y 2 capas de tela. Vas hacer uno principal, dos de absorbente y 3 de capas. Calcas el patrón en la tela, une la tela con alfileres y las cortas por la linea.
3. También necesitaremos 2 tiras hechas de tela de camiseta. Cortar 2 largueros, 0.7cm o 1/2 pulgada de ancho y 7.5cm o 3 pulgadas de largo. Al jalar estas, se estiran y se vuelven delgaditas.

4. Primero haremos las capas.

Strings



## COSER Y JUNTAR 2 CAPAS

5. Coser y unir dos telas de capas, cosiendo todo el borde y dejando una abertura para devolver de adentro hacia afuera la capa. Rematar al comienzo y final de la costura. La abertura puede ser de 0.7 cm o media pulgada = 1 dedo!

## DEVOLVER DE ADENTRO HACIA AFUERA

6. Devolver la capa de adentro hacia afuera. Coser la abertura, rematar. Repetir el proceso para las otras 2 capas.

## LA PARTE PLASTICA QUE ABSORBE



7. Poner 2 capas de plástico entre dos de tela. Marcar, unir con alfileres y coser en el borde, unos 0.7 cm o 1/4 pulgada del borde.
8. ¡Es preferible coser con el plástico hacia abajo y la tela hacia arriba, es más fácil!



9. Repetir lo mismo para la otra capa, terminaras con 2 capas al final.

## DEVOLVER DE ADENTRO HACIA AFUERA

10. Devolver capa de adentro hacia afuera, las que tienen las capas de plástico entre "sándwich" con la tela de camiseta. ¡Juntar con alfileres!

11. Cortar la tela que sobra en los bordes, si es necesario.

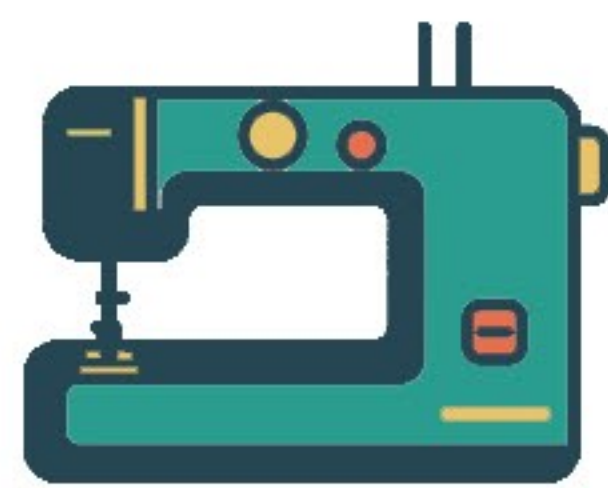
## COMO PONER LAS TIRAS

12. Juntar las tiras a las alas de la toalla. Para saber donde poner las tiras, doblar las alas en la mitad y coser las tiras en el doblado.

13. Con alfileres poner las tiras en su puesto y coser.

14. Poner la capa principal encima del absorbente.

## COSER LA TOALLA

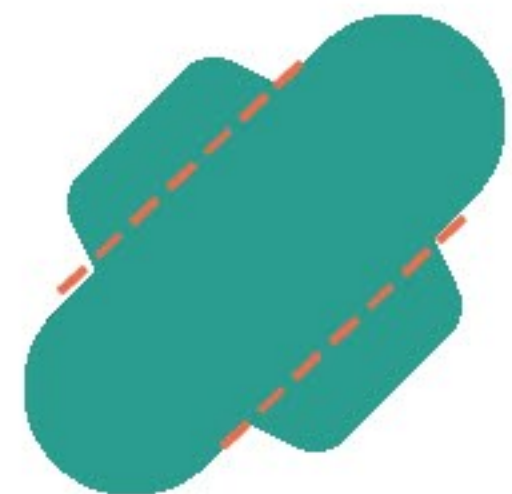


15. Coser todo el alrededor. Comenzar con un ala y seguir el dobladillo ya hecho. Importante seguir la misma costura. Queremos la misma puntada.

16. Cortar con las tijeras en las curvas unos flequillos, con cuidado y no cortar la puntada. Esto hará que la tela se doble y sea más cómodo.

17. Quitar los alfileres y sacar de adentro hacia afuera la toalla.

## COSER LAS ALAS



18. Marcar una línea recta en la toalla con las alas a los lados y coser.

19. ¡Hemos terminado!