



# कपड़े का फेस मास्क कैसे बनाएँ

Design and preparation of cloth mask - Hindi

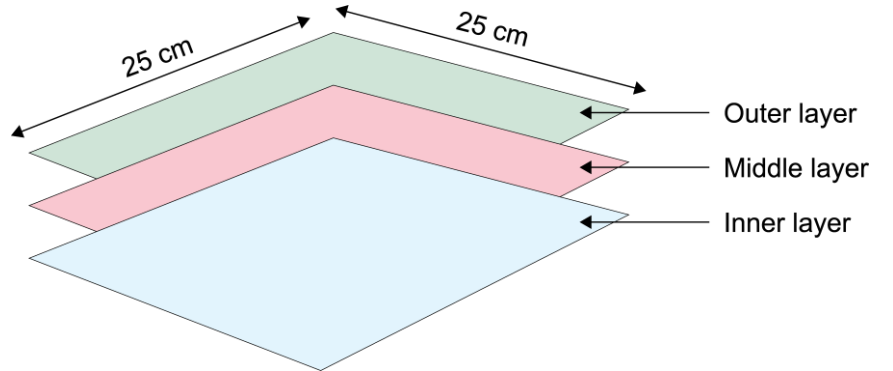
इस कपड़े के मास्क को बनाने के लिए आपको इनकी आवश्यकता होगी:

घटक	सँख्या और नाप	सामग्री का प्रकार	सामग्री के उदाहरण
बाहरी	1 भाग, 25 सेमी x 25 सेमी	जलरोधी कपड़ा (पॉलिएस्टर/पॉलीप्रोपिलीन)	<ul style="list-style-type: none"><li>पहनने के कपड़े</li><li>पुनःउपयोग किए जाने वाले 'हरे' खरीदारी बैग</li><li>व्यायाम के लिए पहनने के कपड़े (जल्दी सूखने वाले)</li></ul>
मध्य	1 भाग, 25 सेमी x 25 सेमी	कपड़ों के सम्मिश्रण (सूती पॉलिएस्टर सम्मिश्रण/ पॉलीप्रोपिलीन)	से बनी दूसरी परत <ul style="list-style-type: none"><li>पहनने के कपड़े</li><li>पुनःउपयोग किए जाने वाले 'हरे' खरीदारी बैग</li></ul>
आंतरिक	1 भाग, 25 सेमी x 25 सेमी	जलशोषक कपड़ा (सूती)	<ul style="list-style-type: none"><li>पहनने के कपड़े</li></ul>
कान के फंदे	2 भाग, प्रत्येक 20 सेमी	इलास्टिक या डोरी या कपड़े की पट्टियाँ	<ul style="list-style-type: none"><li>टी-शर्ट</li><li>जूते के फीते</li></ul>

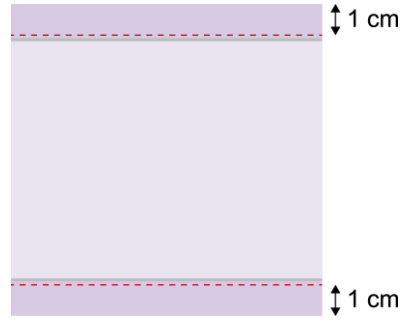
महत्वपूर्ण: यह सुनिश्चित करें कि कोई भी सामग्री कटी-फटी न हो और बहुत महीन या छेदयुक्त न हो। कपड़े के लेबल टैग की जाँच करके सामग्री के प्रकार की पुष्टि करें। सामग्री के आयाम अनुमानित हैं और औसत आकार के वयस्क के अनुरूप हैं।

## कदम

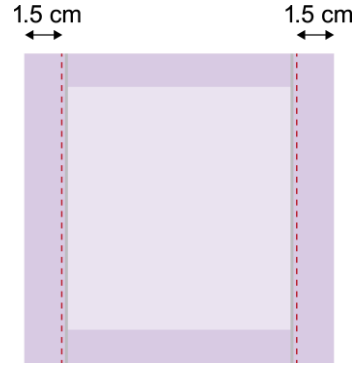
- A. प्रत्येक कपड़े से तीन 25 सेमी x 25 सेमी आकार के वर्ग काटें।  
ये बाहरी, मध्य और आंतरिक परतें होंगी।



- B. ऊपर और नीचे की तुरपन बनाने के लिए 1 सेमी से अधिक चौड़ाई में कपड़े को मोड़ें और इसकी सिलाई करें। (लाल बिंदीदार रेखाएँ देखें)।

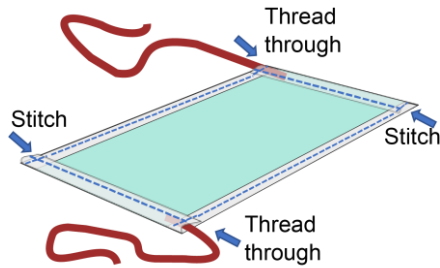


- C. बगल की तुरपन बनाने के लिए 1.5 सेमी से अधिक चौड़ाई में कपड़े को मोड़ें और इसकी सिलाई करें। (लाल बिंदीदार रेखाएँ देखें)।

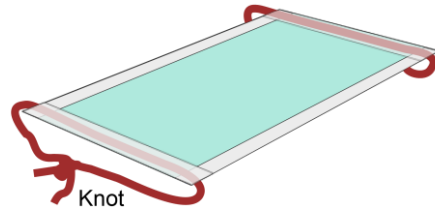


- D. अधिक चौड़ाई की तुरपनों वाले दोनों किनारों में तुरपनों के अंदर 20 सेमी लंबी इलास्टिक, डोरी या कपड़े की पट्टियाँ डालें।

इसे पिरोने के लिए सेफ्टी पिन या लंबी सुई का उपयोग करें।

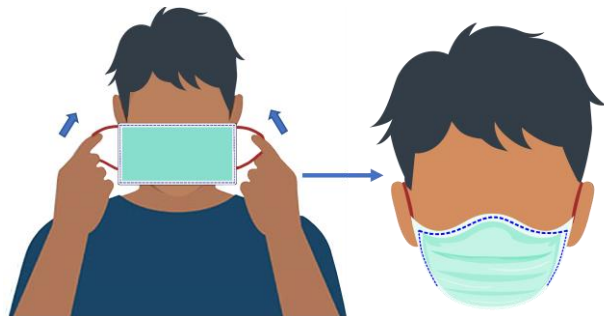


- E. छोरों को कसकर गाँठ में बांधें या साथ में सिल दें।



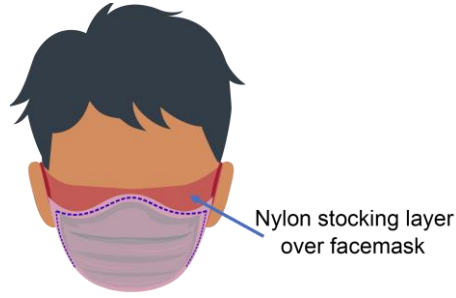
- F. मास्क को सावधानी से पहनें ताकि मास्क आपके चेहरे पर फिट हो जाए।

जब आपने मास्क पहना हुआ हो, तो बाहरी परत को स्पर्श न करें।



G. If you want to improve the fit of your mask you can add a nylon stocking over the mask and tie at the back of the head.

G. यदि आप अपने मास्क को बेहतर तरीके से फिट करना चाहते/चाहती हैं, तो आप मास्क के ऊपर नायलॉन की जुराब लगाकर इसे सिर के पीछे बाँध सकते/सकती हैं।



To find out more information about corona virus and how to stay safe visit [DHHS.vic – coronavirus disease \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus)  
<<https://www.dhhs.vic.gov.au/coronavirus>>

If you need an interpreter, call TIS National on 131 450

For information in other languages, scan the QR code or visit [DHHS.vic –Translated resources - coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19)  
<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>

For any questions

**Coronavirus hotline 1800 675 398 (24 hours)**

Please keep Triple Zero (000) for emergencies only



To receive this document in another format [email Public Health branch](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au)  
<[public.health@dhhs.vic.gov.au](mailto:public.health@dhhs.vic.gov.au)>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne. © State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, 15 July 2020.