



HAUT DU CŒUR



Coussin cœur

Le coussin-cœur, placé sous le bras, est destiné à soulager les douleurs post-cancer du sein en diminuant les tensions dues à la chirurgie.

Fournitures :

- Un morceau de tissu impérativement en coton de 40 cm par 80 cm
- 170 g de ouate de rembourrage polyester **uniquement** (ni mousse, ni coton hydrophile, ni kapok)

Réalisation :

- **Étape 1 :** plier le tissu en 2 selon le droit-fil
- **Étape 2 :** poser le patron sur le tissu
- **Étape 3 :** tracer les contours du patron sur le tissu sans rien ajouter, des marges de coutures de 1 cm sont incluses dans le patron
- **Étape 4 :** coudre les 2 cœurs ensemble en laissant sur un côté quelques centimètres pour retourner le tout, rembourrer le cœur et fermer l'ouverture à points glissés.

Recommandations :

- Il faut respecter scrupuleusement le patron car la courbure du cœur est parfaitement adaptée à la morphologie du dessous du bras.
- **Le rembourrage doit être fait avec 170 g de ouate polyester.**

Envoi :

Vous souhaitez participer au défi et rejoindre l'aventure ?
Envoyez-nous un mail à contact@isgt31.fr

MILIEU DROIT-FIL SANS COUTURE

MILIEU DROIT-FIL SANS COUTURE

MARGE DE COUTURE = 1 CM
LIGNE DE COUTURE

À RACCORDER

BAS DU CŒUR

À RACCORDER