

Balle anti-stress

Couture niveau intermédiaire

Les marges de couture de 5 mm sont comprises.

Voici un petit projet couture facile, idéal pour utiliser des chutes de tissu. Pour que la balle prenne une forme ronde, il vous faut une maille, idéalement du sweat-shirt.

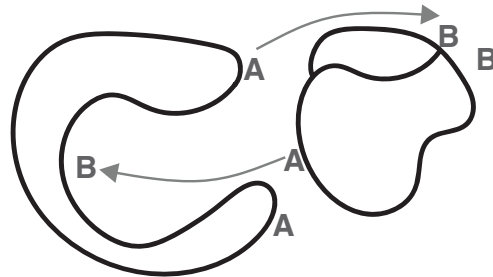
Pour réaliser ce projet, il vous faut :

- une ou deux chutes de sweat (vous pouvez jouer les oppositions de couleurs si vous voulez)
- des lentilles pour remplir la balle
- un morceau de papier ou un post-it
- une machine qui fait le point zig-zag
- du fil et une aiguille

1 - Décalquez ou découpez le gabarit de la balle. Placez le gabarit sur l'envers du tissu, tracez deux fois la forme et coupez.

2 - Marquez bien les 4 repères sur le tissu, ils vont vous aider à ajuster les deux morceaux de la balle.

3 - Réglez votre machine sur un point zigzag assez serré.



4 - En prenant les tissus sur l'envers, rapprochez l'un des repères A de la première pièce avec le repère B de la seconde pièce, épinglez. Puis en suivant naturellement les bords du tissu, continuez ainsi pour les 4 repères, en faisant correspondre les A de l'une des pièces avec les B de l'autre pièce et épinglez. Les deux pièces viennent ainsi s'enchasser l'une dans l'autre.

5 - Sur l'envers du tissu, assemblez les deux pièces à la machine au point zigzag assez serré, il n'y a qu'une seule couture qui vient faire le tour des deux pièces en même temps. Arrêtez-vous 2 centimètres avant de revenir au point de départ.

6 - Retournez la balle. A l'aide d'un rectangle de papier ou d'un Post-It fabriquez un petit cornet pour vous aider à remplir la balle de lentilles. Remplissez-la au maximum. Puis refermez l'ouverture à la main, avec une couture solide. C'est fini !

Vous n'êtes pas stressé-e ? Sachez que ces balles font également de bonnes balles de jonglage ! A vous d'en fabriquer plusieurs sur le même principe.

