

ИМЕ НА ДЕЙНОСТТА

Изработване на безшевни калъфки за възглавници от стари тениски



Източник: [00a3aa7b58c045667fee19a9087dae50.jpg \(648x486\)](https://pinimg.com/00a3aa7b58c045667fee19a9087dae50.jpg) (pinimg.com)

ОБУЧИТЕЛНИ ЦЕЛИ

- Да се окуражат възрастните хора да научат повече за креативното рециклиране на стари дрехи и за ползите от него;
- Да се научат как креативно да рециклират стари дрехи, тениски, ризи, блузи и други текстилни изделия;
- Да се подобри въображението и креативността им и да се поощри прилагането им на практика;
- Да се повишат когнитивните им умения и фината им моторика, вкл. за работа с малки размери плат и обръщане на внимание на детайлите;
- Да се разнообрази ежедневието на възрастните хора;
- Да се окуражат възрастните хора да правят нови и полезни неща за дома си от рециклиран стар текстил.

ОБУЧИТЕЛНИ МЕТОДИ

- Кратка въвеждаща презентация за това какво може да се направи от рециклирани тениски и други стари дрехи и как да ги превърнем в полезни предмети за дома;
- Брейнсторминг и дискусия по темата;
- Демонстрация на дейността от типа „Направи си сам“;
- Самообучение и експериментиране;
- Видео-базирано обучение (вкл. видео самообучение).

Креативно рециклиране на текстил и дрехи, както и на свързани с тях материали (като панделки, копчета и др.)



<https://activegreenseniors.eu/>

| | |
|---------------------------------------|---|
| ПРОДЪЛЖИТЕЛНОСТ | <ul style="list-style-type: none">● Между 2 и 3 часа, в зависимост от нивото на фина моторика на участниците. |
| ГОЛЕМИНА НА ГРУПАТА | <ul style="list-style-type: none">● Общ брой на участниците – между 10 и 12 човека, работещи в малки групи или индивидуално;● Малки групи от по 3 - 4 участника – за практическите дейности. |
| НЕОБХОДИМИ МАТЕРИАЛИ И ПОСОБИЯ | <p>Основни материали и инструменти / пособия:</p> <ul style="list-style-type: none">● Стари тениски;● Ножици;● Възглавници в различен размер и/или модели на калъфки за възглавници;● Шивашки сантиметър или линейка. <p>Допълнителни материали и пособия за декорация:</p> <ul style="list-style-type: none">● Декоративни елементи, като мъниста, копчета, дантела, панделки, пискюли или други видове материали за апликация;● Парчета от други тениски, дънки, рокли, ризи, блузи или други дрехи за направа на различни парчета за техниката „парчуърк“. |
| ОПИСАНИЕ | <p>В наши дни не само младите хора носят тениски. Много възрастни хора също го правят, тъй като те са удобни и лесни за поддръжка. Но скоро тези ежедневни дрехи овехтяват, спират да ни стават или започват да имат петна или други повреди, които ги правят безполезни. Вместо да ги трупат в гардеробите и килерите си, възрастните хора могат лесно да ги променят и да направят от тях полезни неща за дома си.</p> <p>Тази лесна дейност е подходяща за по-възрастни хора, които се интересуват от проекти за рециклиране (за начинаещи или за напреднали), имат душа на творец и са готови да отприщят креативността си и да придобият нови умения.</p> <p>Основни съвети преди започване на работа:</p> <ul style="list-style-type: none">● За една калъфка за възглавница е добре да се избере стар текстил със сходно ниво на плътност, еластичност и структура на нишките. Това ще направи работата по-лесна и финалният продукт ще изглежда еднороден;● Ако решите да смесвате стари тениски или тъкани с различни цветове и шарки, финалният продукт определено ще изглежда по-интересен и уникален. <p>Стъпка 1: Подгответе работното си пространство</p> <p>Уверете се, че имате достатъчно пространство да пригответе основните компоненти на калъфката за възглавница. Препоръчително е да се</p> |

Проектен No. 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085169

Финансирано от Европейския съюз. Гледните точки и мненията са на автора/авторите на документа и не отразяват мнението на Европейския съюз и на Изпълнителната агенция по образование и култура - ЕАСЕА. Нито Европейският съюз, нито ЕАСЕА могат да бъдат държани отговорни за тях.



Co-funded by
the European Union

използва подходяща маса, на която лесно да сложите всички материали и пособия – както основните, така и допълнителните. Съберете всички необходими материали и пособия, от които се нуждаете в процеса на работа, на едно място.

Стъпка 2: Решете какви ще бъдат размера и пропорциите на калъфката за възглавница и изберете старите тениски, които ще използвате
Желаният размер и пропорциите на калъфката ще определят от колко стари тениски ще имате нужда и кои части от тях ще използвате за вашия продукт.

Ето няколко съвета, на които да обърнете внимание, когато избирате най-подходящите стари тениски за вашия продукт:

- Вземете предвид размера на старата тениска спрямо големината на възглавницата, която искате да покриете. Проверете за евентуални петна, дупки или други повреди по тъканта, които ще направят някои части от тениската неподходящи или направо неизползваеми;
- Изберете стари тениски с шарки или щампи, които харесвате и искате да включите в калъфката. Ако тениската има сантиментална стойност или ви връща към незабравими моменти, калъфката ще бъде още по-специална за вас;
- Обърнете внимание на цвета на тениската и как той хармонизира с останалите цветове в стаята. Ако тениската е многоцветна, може да комбинирате различни цветове и шарки в уникална композиция;
- Специално обърнете внимание на структурата на тъканта. Някои тениски имат по-интересна структура на нишките или шампи, които могат да придадат по-различен визуален ефект или да са по-приятни при допир. Това ще даде добавена стойност на самата калъфка;
- Проверете дали текстилните части, които ще използвате, нямат никакви други особености по тъканта, които биха подпомогнали връзването на възлите или улеснили правенето на безшевната калъфка.

Стъпка 3: Изработване на самата калъфка

Първият етап от процеса е да намерите най-големите части от старата тениска, по които няма петна, дупки и странични или горни шевове и да сложите отгоре възглавницата, за която искате да направите калъфката.

Креативно рециклиране на текстил и дрехи, както и на свързани с тях материали (като панделки, копчета и др.)



<https://activegreenseniors.eu/>

Следващият етап е да отрежете два пласта плат (например от предната част и от гърба на тениската), като оставите допълнителни около 5-6 см от ръба на възглавницата, от които след това ще направите страничните възли. Това ще оформи горната и долната части на калъфката. Направете отрязък в десния ъгъл (около 5x5 см) във всеки от четирите краища на парчетата плат, за да оформите ъглите на калъфката.

За да направите безшевна калъфка посредством възли, отрежете ленти с размери 5 см дължина и 1 см ширина по протежение на всички страни на двете парчета плат, които след това ще завържете.

Съвети как да направите възлите:

- Сложете възглавницата между двете предварително отрязани парчета от тениската;
- Започнете да завързвате възлите от четирите ъгъла по протежение на всяка от страните. Вземете две противоположни ленти от всеки от пластове и направете възел;
- Продължете докато всички ленти не са завързани.

За разнообразие можете да приложите и други техники като сплитане на плетка или пришиване, вместо правене на възли. Участниците могат да изберат предпочитания от тях метод и в зависимост от това да определят дължината на отрязаните ленти.

Ако имате нужда от насоки как да отрежете старите тениски и да направите възлите, препоръчваме следните видеа, от където можете да видите различни идеи:

- [DIY No-Sew Braided Pillow Cover - YouTube](#)
- [DIY : No Sew Pillow Cover With Old T-Shirt - YouTube](#)

Разбира се, участниците са свободни да експериментират и да намерят най-лесния за тях начин как да направят възлите, плитките или да използват други техники да пришият или прикрепят двете страни на калъфката.

Последният етап е да проверите възлите и да се уверите, че са здрави. Ако всичко е наред, сложете възглавницата в калъфката и я наместете добре.

Стъпка 4: Декориране на калъфката за възглавница

Тази стъпка е по желание, но ако искате да бъдете креативни и да персонализирате вашия продукт, можете да добавите дантела, панделки,





Креативно рециклиране на текстил и дрехи, както и на свързани с тях материали (като панделки, копчета и др.)



<https://activegreenseniors.eu/>

| | |
|---|---|
| | <p>интересни копчета, пискюли или други декоративни елементи върху калъфката.</p> <p>Ако сте по-сръчни може да опитате дори да избродирате по-прости или по-сложни мотиви или да пришиете допълнителни парчета плат под формата на „пачуърк“, за да направите калъфката още по-уникална и лична.</p> <p>Стъпка 5: Радвайте се на направената нова калъфка за възглавница Сложете новодекорираната възглавница на дивана, канапето или фотьойла. Изглеждат по-цветни и красиви, нали? Поканете приятели или членове на семейството и заедно се насладете на новата ви домашна придобивка, направена от стари тениски.</p> |
| <p>СПЕЦИФИЧНИ ОСОБЕНОСТИ И ПРЕДЛОЖЕНИЯ В ПРОЦЕСА НА РАБОТА</p> | <ul style="list-style-type: none"> ● Изработването на различни видове калъфки от стари тениски или друг вид стари дрехи може да донесе нови цветни ръчноправени неща за всеки дом. С тях възрастните хора могат да освежат стаите си, без допълнителни разходи към бюджета; ● Имайте предвид, че правенето на възли може да изисква известна практика и добра фина моторика, за да станат еднакво стегнати. Така че, ако първите ви възли не са много хубави, не се отказвайте. Продължете! С малко тренинг и с натрупването на опит ще подобрите уменията си; ● Някои видове текстил за тениски могат да бъдат доста разтегливи. Затова, когато избирате кои стари тениски ще използвате, проверете тяхната еластичност и се уверете, че са относително еднакво разтегливи. |
| <p>ПРЕДЛОЖЕНИЯ за допълнително четене или гледан</p> | <p>От следните видеа можете да вземете допълнителни идеи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● DIY No-Sew Braided Pillow Cover - YouTube ● DIY : No Sew Pillow Cover With Old T-Shirt - YouTube ● 20 WAYS TO GIVE NEW LIFE TO YOUR OLD CLOTHES - YouTube (11:40) ● 15 Cool Things to Make From Old T-Shirts - YouTube (0:45) |
| <p>НИВА И ВАРИАНТИ</p> | <p>Работата с някои видове трикотаж може да изисква предварителен опит и по-голяма сръчност, за да се отрежат равни текстилни парчета. Затова при тях има нужда от по-голямо ниво на умения и доста добра фина моторика, за да се приготви финалният продукт.</p> <p>Ако искате да опитате да трансформирате стари тениски в други полезни домашни неща, можете да опитате да направите рециклирана пазарска чанта. На следните линкове можете да намерите идеи как да го направите:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 15 Cool Things to Make From Old T-Shirts - YouTube ● 36 SMART IDEAS TO REUSE OLD THINGS - YouTube (12:00) |

Проектен No. 2022-1-BG01-KA220-ADU-000085169

Финансирано от Европейския съюз. Гледните точки и мненията са на автора/авторите на документа и не отразяват мнението на Европейския съюз и на Изпълнителната агенция по образование и култура - ЕАСЕА. Нито Европейският съюз, нито ЕАСЕА могат да бъдат държани отговорни за тях.



Co-funded by
the European Union