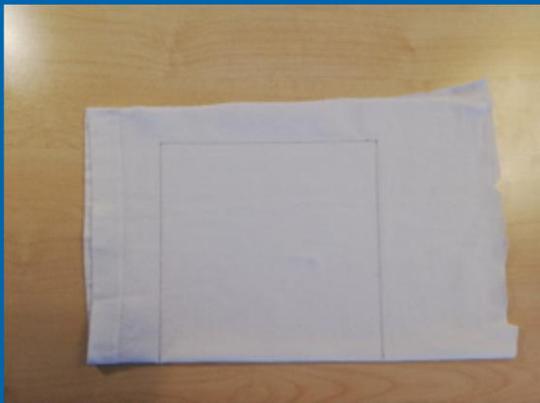


# Nähanleitung für einen Mund-Nase-Schutz

## MATERIAL

- 17 x 34 cm (bei Männern evtl 17 x 36 cm) großes Stofftuch aus kochfester Baumwolle (z.B. T-Shirt)  
Der Stoff muss atmungsaktiv sein! Prüfen Sie dies vorher. Nehmen Sie den Stoff doppelt und halten ihn dicht um Mund und Nase. Wenn Sie problemlos ein- und ausatmen können, dann ist der Stoff als Mundschutz geeignet.
- Zwei 90 cm lange und 2 cm breite Stoffstreifen
- Zwei 17 cm lange und 2 cm breite Stoffstreifen
- ein 15 cm langer dünner Draht (Basteldraht, Pfeifenreiniger)



1. Den Stoff doppelt legen und an der Faltkante entlang ein 17cm x 17cm großes Quadrat aufzeichnen.

Ebenso die vier angegebenen längeren Stoffstücke in den benötigten Größen aufzeichnen und ausschneiden



2. Das doppellagige quadratische Stoffstück bügeln.

## Nähanleitung für einen Mund-Nase-Schutz



3. In das doppelagige Stofftuch drei gleichmäßig verteilte Falten legen (Falttiefe 1,3 cm ) und bügeln

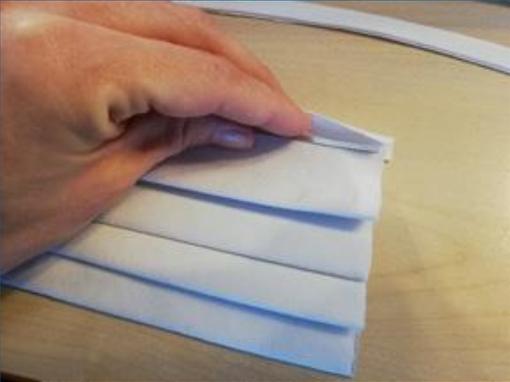


Sodass eine 8,5- 9 cm Höhe erreicht wird.



4. Die vier 2 cm dünnen langen Stoffstreifen zur Hälfte bügeln (Schrägstreifen).

## Nähanleitung für einen Mund-Nase-Schutz



5. Das Stofftuch mit der Oberseite in das 17cm Stoffstück (Kantenverstärkung) legen. Nun das 15 cm lange Drahtstück dazwischen legen und alle Stofflagen miteinander fixieren.



Dann sollte das Ganze so aussehen.

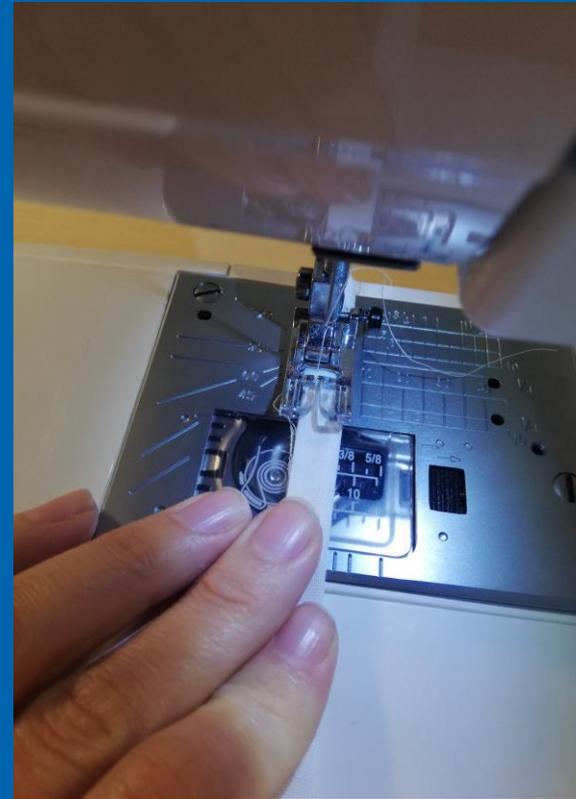


6. Die vier 2 cm dünnen langen Stoffstreifen zur Hälfte bügeln (Schrägstreifen).

## Nähanleitung für einen Mund-Nase-Schutz



7. Die eingebügelten Falten des Stofftuchs zusammenlegen und MITTIG auf beiden Seiten in die langen Stoffbänder (Kopfbänder) einlegen und fixieren.



8. Der letzte Schritt besteht darin, an den beiden langen Stoffbändern entlang zu nähen, sodass das fixierte Stofftuch beidseitig mit vernäht wird.

## Nähanleitung für einen Mund-Nase-Schutz



Fertig ist der Mundschutz!

Wir wünschen Ihnen  
viel Spaß beim Nähen  
und bleiben Sie  
gesund!