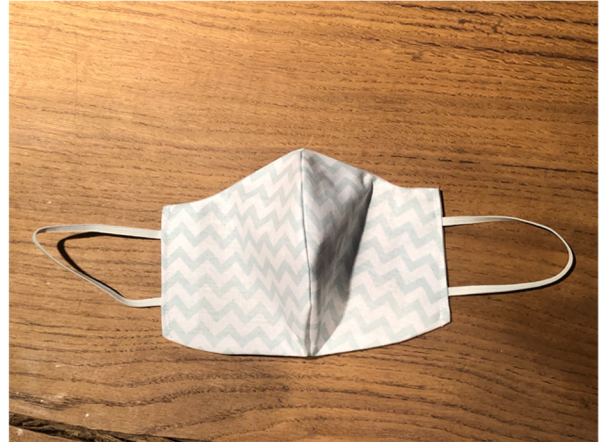


# Behelfs - Mund und Nasenmaske aus dem Atelier Christian Nienhaus



## 3 GRÖSSEN

- S Kinder (normal) / Erwachsene (klein)
- M Erwachsene (normal)
- L Erwachsene (groß)

## HINWEIS

Dies ist eine Do it yourself Anleitung für die Herstellung einer Behelfs-Mund-Nasen-Maske. Es gibt keinerlei Zertifizierung oder Prüfung hinsichtlich der Wirksamkeit. Die Herstellung und Benutzung der Maske erfolgt daher auf eigene Verantwortung.

## DEN STOFF VORBEREITEN

Wir empfehlen, jeden Stoff vor dem Verarbeiten zu waschen und (falls vorhanden) in den Trockner zu geben. Dann kann das genähte Teil später bei der ersten Wäsche nicht mehr einlaufen und ist frei von unerwünschten Zusätzen.

Anschließend den Stoff glatt bügeln, das erleichtert das Zuschneiden. Die "schöne" Stoffseite ist die rechte Stoffseite und zeigt beim Tragen nach außen.

## MATERIAL

### STOFFEMPFEHLUNG:

- ▷ dicht gewebter Baumwollstoff ca. 40 x 40 cm

### ZUTATEN:

- ▷ Gummiband, 5 mm breit: ca. 50 cm
- ▷ 2 kleine Sicherheitsnadeln
- ▷ Einlage zum Auswechseln:
  - z.B. Küchenkrepp oder Hygiene-Vlies (z.B. Staubsaugerbeutel hochfiltrierend, Spülschwamm-Tuch mit Hygiene-Beschichtung u.Ä.)

### AUSSERDEM:

- ▷ Bleistift, Papierschere
- ▷ Maßband oder Handmaß
- ▷ Stecknadeln ▷ Schneiderkreide
- ▷ Zuschneide- und kleine Handarbeitsschere
- ▷ Nähgarn, Nähmaschine, Nähmaschinennadel
- ▷ Nähnadel

### ZUSCHNITT:

Teil 1	Oberstoff	2-mal
Teil 2	Futter und Einlage je	2-mal

## PFLEGE UND REINIGUNG

Die Maske muss grundsätzlich trocken aufbewahrt werden. Nach der Benutzung die Maske vorsichtig ausziehen, dabei die Stoffseiten möglichst nicht berühren. Nach dem Einsatz die Maske waschen (mindestens 1x täglich bei mind. 60°). Vorher die Einlage entfernen, anschließend vollständig trocknen lassen.



## 1 MATERIAL VORBEREITEN

Bevor du startest, suche dir alles was du benötigst zusammen. Idealerweise nähst du mit einer Nähmaschine. Mit etwas Geduld kannst du die Maske auch von Hand zusammennähen.

Schneide die Papierschnittteile in deiner Größe aus. Wenn du verschiedene Größen nähen möchtest, kopiere bitte die jeweilige Größe mit Hilfe von Seidenpapier oder Kopierpapier ab. Die Schnittteile sind inklusive 1 cm Nahtzugabe. Du musst also später in 1 cm Abstand zur Kante nähen.



## 2 MASKENTEILE ZUSCHNEIDEN

Falte den Stoff zur Hälfte, die rechte Stoffseite zeigt nach innen. Stecke das Papierschnittteil 1 auf den doppelt gefalteten Stoff (mit der Beschriftung nach oben) und zeichne mit Kreide oder Stift entlang der Papierkante. Schneide an den gezeichneten Linien aus. Schneide die Nahtzugaben bei den kleinen Strichen ca. 3 mm ein. Schneide die Teile für das Futter und die Einlage mit Schnittteil 2 genauso zu. Die Einlageteile an der oberen und unteren Kante je 1cm entlang abschneiden, damit sie später gut in die Maske passen.



## 3 MITTELNAHT SCHLIESSEN

Entferne die Papierschnittteile, lasse aber die Stoffteile aufeinander liegen. Nähe die aufeinanderliegenden Teile an der runden Mittelnaht im Abstand von 1 cm zur Kante aufeinander. Schneide anschließend die Nahtzugaben auf 5mm Breite zurück. An den Kurven kannst du die Zugaben auch noch etwas in Richtung Naht einschneiden. Achtung: nicht in die Naht schneiden. Bügale danach die Zugaben auseinander. Nähe am Futter und an der Einlage die Mittelnaht genauso.



## 4 MITTELNAHT ABSTEPHEN

Steppe an allen Teilen (äußere Maske, Futter und Einlage) beidseitig der Mittelnaht im Abstand von 2 mm die auseinandergebügelten Nahtzugaben fest. Dadurch liegt die Naht flacher.

## 5 FUTTER-SEITEN UMNÄHEN

Versäubere am Futter die Zugaben der schmalen Seiten mit Zickzack- oder Overlockstich. Bügale sie anschließend 1 cm breit nach innen und nähe sie fest.

## 6 MASKE DOPPELN

Lege das Futter rechts auf rechts auf die Maske, das heißt die "schönen" Seiten liegen innen. Stecke die oberen und unteren Kanten von Maske und Futter aufeinander (die Mittelnähte treffen aufeinander). Nähe sie jeweils im Abstand von 1 cm zur Kante aufeinander. Wende die Maske (die schöne Seite ist jetzt außen) und bügale die obere und untere Kante flach. Die noch nicht fixierte Nahtzugabe am Ende der beiden Kanten bügelst du auch flach. Steppe entlang der oberen und unteren Kante im Abstand von 7 mm (Nähmaschinenfüßchen-breit) bis zum Ende der Maske.



## 7 TUNNEL FÜR GUMMIBAND NÄHEN

Bügle die seittl. Zugaben der Maske 1,5 cm breit nach innen (die kleinen Einschnitte zeigen dir die Breite an), und nähe sie im Abstand von 1 cm zur Kante fest.

## 8 GUMMIBÄNDER EINZIEHEN

Schneide das Gummiband in 2 gleich lange Teile. Ziehe mit Hilfe der kleinen Sicherheitsnadel die Gummibänder in die seittl. Durchzüge. Lege die Gummibandenden in der für dich richtigen Länge übereinander und fixiere sie jeweils mit einer Sicherheitsnadel. So können die Gummibänder vor dem Waschen entfernt werden.

