

# Mundschutz selbst nähen



Dient nur als «Spuckschutz» und ist kein Schutz gegen Viren!

Material:

A4-Papier für Schnittmuster (siehe Skizze unten)

Baumwollstoff, fein (Atemdurchlässigkeit durch doppelte Stofflage ausprobieren).

Grösse 28 x 38 cm (allfälliges Bild, für aussen auf die Maske, in der unteren Stoffhälfte)

Passender Nähfaden

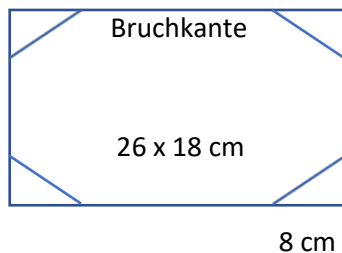
Gummiband ca. 90 cm (für Befestigung am Kopf)

oder 2 grosse Haargümmeli 15-17 cm (für Befestigung an den Ohren)

4-faches Gefrierbeutel-Drähtli, ca. 13 cm (oder Elektrikerdraht oder Pfeifenputzer)

Anleitung:

## 1. Schnittmuster konstruieren



Alle vier Ecken mit 7 und 8 cm Eckschrägung abschneiden

## 2. Stoff re-re gefaltet aufeinanderlegen (Breite 28 cm, Höhe 38 resp. 19 cm).

Falls ein Bild am Schluss aussen auf der Maske sichtbar sein soll, müsste dieses in der unteren Hälfte des Stoffes sein.

Schnittmuster aufstecken. Obere Kante am Stoffbruch, an allen Schrägen, seitlichen sowie unteren Kanten 7 mm Nahtzugabe bezeichnen und ausschneiden.

## 3. Die Schrägen sowie die offene lange Kante mit Stepptich füsschenbreit aufeinander nähen (siehe orange Linie). Enden gut absichern (retournähen).

## 4. Arbeit wenden (rechte Stoffseite aussen), Nähte schön herausstreichen und gut bügeln.

## 5. Die langen Kanten mit den beiden jeweiligen Schrägen kantig absteppen (orange Linien).

## 6. Zwei zweifache Gefrierbeutel-Drähtli aufeinanderlegen und mit Zickzack zusammennähen.

## 7. Drähtli an den Stoffbruch zwischen die Stoffschichten einlegen und zusätzlich mit 1cm Abstand zur ersten Stepplinie eine weitere nähen, um die Drähtli zu fixieren (blaue Linie).

## 8. Parallel zu den Längslinien je 5.5 cm von unten und von oben bezeichnen, umfalten und gut bügeln.

## 9. Beide Stoffbrüche kantig absteppen (blaue Linie). Die Maske «3-lagig» gefaltet belassen.

## 10. An den offenen, schmalen Kanten je Einschlag und Umschlag (7/10 mm) falten, bügeln und kantig absteppen (blaue Linie). Haargümmeli, beim Nähen einarbeiten. Offenes Gummiband kann nachträglich mit dicker Nadel oder Sicherheitsnadel eingezogen, in der Länge angepasst und verknotet werden. Knoten in den Saum schieben zum Verstecken.

## 11. Die losen, schrägen Kanten halbieren und parallel zum Gümmelisaum umlegen, auf die Maske stecken und doppelt absteppen (orange Linie). Das sind strapazierte Nähte.

Nun ist der Mundschutz anprobe- und gebrauchsfertig!

Falls die Gummibänder hinter den Ohren stören, können sie auch einmal im Nacken und einmal über den Oberkopf getragen werden. Dazu das lange Gummiband durch beide Säume einziehen und der Kopfweite entsprechen zusammennähen oder verknoten. Den Knoten in den einen Saum einziehen und verstecken.

Achtung, wenn die Stoffmaske nass ist vom Sprechen, sollte sie gewechselt und gewaschen werden. Baumwollstoff kann je nach Farbdruck 60-90°C gewaschen werden.

## Bilderanleitung zu «Mundschutz selbst nähen»



Text 1, 2, 3



Text 5 und 7



Text 6



Text 8



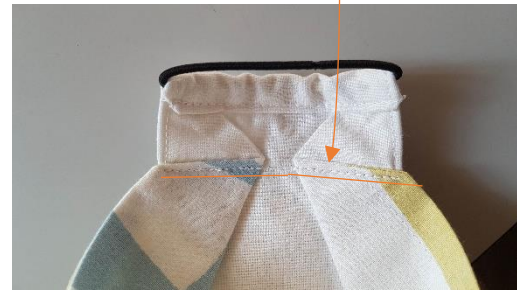
Text 9



Text 10



Text 10 und 11



Text 11



Frisch flach falten, gebraucht in Plastiksack und dann waschen bei 60/90°C



In Anlehnung an folgendes Video-Tutorial habe ich das hier beschriebene Modell und die Anleitung dazu weiterentwickelt:

<https://www.youtube.com/watch?v=8RCuL1mX7eg>

Kathrin Staub, Strickhof 2020