

**Saarbrücken.
Gemeinsam. Stark.**



DIY-Nähanleitung

Alltagsmasken selbst herstellen

WAS BRAUCHE ICH AN GRUNDMATERIAL?

- Eine Nähmaschine für den normalen Hausgebrauch
- Ausreichend Baumwollstoff, der bei 95° C gewaschen werden kann
- Nähgarn
- Nadeln zum Abstecken
- Stoffmarker oder Stoffkreide zum Abzeichnen
- Eine Schere
- Metalldraht aus Schnellheftern oder Kunststoffbindestreifen, wie man sie z. B. zum Verschließen von Gefriermaterial verwendet
- 1 cm breites und 2 m langes Stoff- oder Gummiband
- Optional Kaffeefilter oder Küchenrolle für Filter verwenden
- Gegebenenfalls einen Strohhalm
- Schnittmuster (siehe Anhang)

**Bitte folgen Sie nun den einzelnen Schritten und Anleitungsbildern.
Benutzen Sie ausschließlich waschbaren Baumwollstoff, der auch hohe
Temperaturen bei einer Wäsche von 95° C aushalten kann.
Sollten Sie keine Stoffreste zuhause haben, lässt sich z. B. auch ein alter
Bettbezug verwenden.**

Schritt 1: Die Schnittmuster

Im Schnittmuster (siehe Anhang) finden Sie vier verschiedene Größen:

- S** Kleine Kinder
- M** Größere Kinder und Teenager
- L** Damen
- XL** Herren

Schneiden Sie die passende Größe mit einer Papierschere aus.



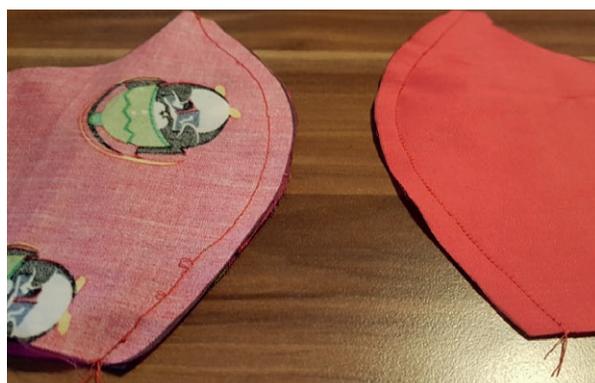
Schritt 2: Stoff zuschneiden und abstecken

Jeweils die Schnittteile mit der rechten Stoffseite aufeinanderlegen und die Rundung mit Stecknadeln abstecken.



Schritt 3: Stoff zuschneiden und abstecken

Jeweils die Schnittteile mit der rechten Stoffseite aufeinanderlegen und die Rundung mit Stecknadeln abstecken.





Schritt 4: Futterstoff nähen

Zeichnen Sie mit Stoffkreide, einem Stoffmarker oder einfach einem Bleistift eine 1,5 cm breite Nahtzugabe ein.



Die Nahtzugabe bis zur Linie einschlagen und danach ein weiteres Mal umschlagen. Mit Stecknadeln abstecken und bügeln.



Anschließend mit der Nähmaschine die Nahtzugabe nähen.



Nähen Sie das Futter mit einer Nahtzugabe von 1 cm auf das Oberteil. Denken Sie an die Ober- und Unterseite.



Danach die vorbereitete Mund- und Nasenmasken wenden und bügeln.

Schritt 5: Kante nähen

Auf der Stoffseite des Oberteils jeweils knappkantig beide Seiten absteppen. Das sorgt für eine bessere Stabilität der Atemmaske.



Schritt 6: Verstärkung des Nasenbereichs

Zur Verstärkung kann in den Bereich über der Nase eine Metallzunge oder etwas Draht (z.B. Kunststoffbindestreifen oder Heftstreifen) eingearbeitet werden. Mit der Biegsamkeit kann damit jeder die Passform an die eigene Nase anpassen.





Schritt 7: Seiten zunähen

Die Nahtzugabe der Oberseite doppelt einschlagen, mit Stecknadeln fixieren und bügeln. Anschließend beide Nahtzugaben nähen..



Schritt 8: Schnittvorlage für den Filter

Fertigen Sie zunächst eine Schnittvorlage anhand der Mund- und Nasenmaske an. Ein halber Bogen Küchenpapier mittig gefaltet ist dafür sehr gut geeignet.



Dann das Küchenpapier auf die Maske legen und ca. 1 – 1,5 cm unterhalb der oberen Kante die Rundung nachzeichnen. Küchenpapier für die „Anprobe“ ausschneiden.

Das zugeschnittene Küchenpapier in die Maske legen und ausprobieren, wie gut die Schnittvorlage passt. Ggf. die Schnittvorlage korrigieren.



Im Anschluss das Küchenpapier auf das von Ihnen verwendete Filtermaterial legen und zuschneiden.

Filter in die Maske einziehen. Eventuell überstehende Ränder abschneiden.

Schritt 9: Für den guten Sitz

Ca. 50 – 70 cm Gummikordel oder Stoffband (je nach Kopfgröße) zuschneiden und durch die Nahtzugabe der Außenseiten ziehen. Kleiner Tipp: einen Strohhalm längs aufschneiden, das Band mit dem Strohhalm umwickeln und gemeinsam durch die Nahtzugabe ziehen.

Auf der Stoffseite des Oberteils jeweils knappkantig beide Seiten absteppen. Das sorgt für eine bessere Stabilität der Atemmaske.



Fertig ist Ihre Alltagsmaske!



1 x 1"
Square

3 x 3 cm
Quadrat

einfacher Atemschutz

Nähanleitung unter:

<https://naehtalente.de/atemschutz-naehen>



Zeige uns Dein wundervolles Nähprojekt

Share: #NAEHTALENTE
Internet: naehtalente.de
Mail: hello@naehtalente.de

Nähtalente

XL
L
M
S

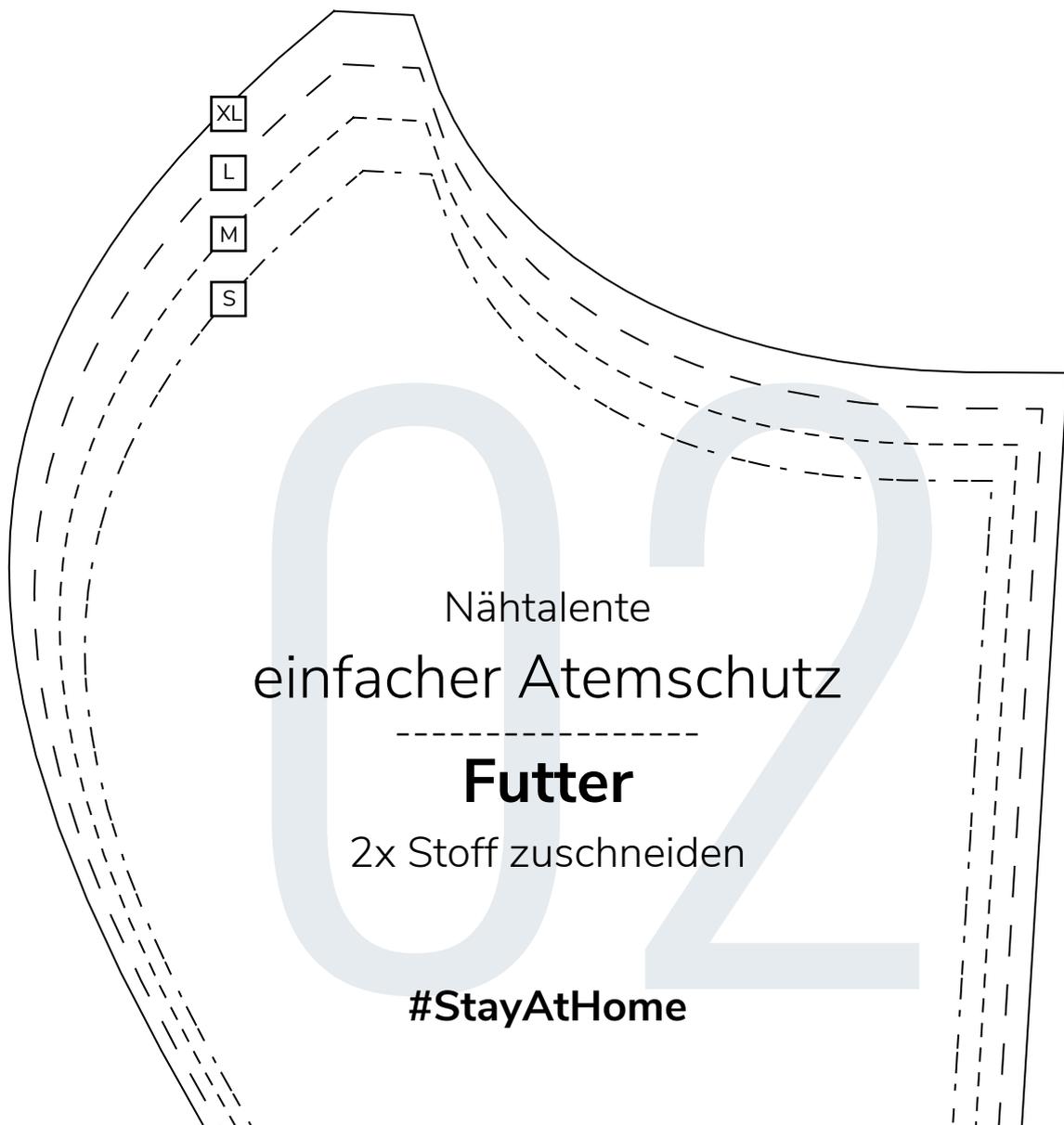
Nähtalente

einfacher Atemschutz

Oberseite

2x Stoff zuschneiden

#StayAtHome



Schnittmuster nur für privaten Gebrauch und Hilfsprojekte.

Das Schnittmuster darf **nur für den privaten Gebrauch oder für Hilfsprojekte** verwendet werden. Es ist nicht erlaubt, es für die Produktion von Verkaufsartikeln zu verwenden. Das Kopieren und die Weitergabe der Anleitung für gewerbliche Zwecke, dies gilt auch für Nähkurse, Online-Kurse oder Nähanleitungen und Tutorials, sowie die Massenproduktion sind NICHT gestattet. Bitte holen sie vorher eine Genehmigung ein. Für eventuelle Fehler in der Anleitung wird keine Haftung übernommen. Bitte beachten Sie das Urheberrecht.

Haftungsausschuss

Diese Gesichtsmaske kann eine medizinische Atemschutzmaske nicht ersetzen. Sie ist ein Notfallplan für alle, die keinen entsprechenden Schutz in den Geschäften mehr besorgen konnten. Die richtige medizinische Atemschutzmaske ist immer noch der beste Weg, um sich zu schützen.