

# NÄHANLEITUNG MUND- UND NASEN-MASKE



**In dieser Nähanleitung zeigen wir dir Schritt für Schritt, wie du dir deine eigene Mund- und Nasen-Maske nähen kannst. Die Materialien, die du dafür benötigst sind folgende:**

GUMMIBAND MIND. 40 CM

2 STOFFSTÜCKE MIND. 20X20 CM FÜR INNEN UND AUSSEN, WASCHBAR BEI 90° GRAD

ETWAS ZUM ANZEICHNEN DES SCHNITTES (KREIDE, STIFTE ETC.)



LINEAL ODER GEODREIECK

NÄHGARN

STOFFSCHERE



## SCHRITT 1

Man benötigt 2 Stoffstücke mit den Maßen 18 cm x 20 cm und zwei Stücke Gummiband, die jeweils 20 cm lang sind. In dem Zuschnitt ist die Nahtzugabe bei allen Teilen enthalten.



## SCHRITT 2

Nun werden beide Stoffstücke rechts auf rechts aufeinander gelegt. An den kurzen Seiten wird jeweils eines der Gummibänder mit eingefasst. Die Enden der Bänder liegen von der unteren sowie oberen Kante 1 cm entfernt. Das Band liegt nach innen und zwischen den beiden Stofflagen.



## SCHRITT 3

Jetzt kann genäht werden! Mit einem Zentimeter Nahtzugabe können nun beide Stoffstücke zusammengenäht werden. Dabei lässt man an einer der langen Seite eine Wendeöffnung von ca 5 cm. Achte darauf, dass die Enden der Gummibänder mitgefasst werden und, dass du die Naht am Anfang und am Ende mit kurzem Vor- und Zurücknähen versicherst.



#### SCHRITT 4

Nachdem du einmal rundherum genäht hast, kannst du die Stoffstücke durch die 5 cm Öffnung wenden. Jetzt sollte deine Maske schon etwas Form angenommen haben wie auf unserem Bild links.



#### SCHRITT 5

In dem Nächsten Schritt werden die Falten an den kurzen Seiten gelegt. Es werden 3 Falten gelegt, jede sollte in der fertigen Breite ca. 1 cm betragen. Der Falteninhalt beträgt somit 2 cm. Hier kommt es nicht auf exakte Faltenlegung an. Die Falten dienen lediglich dazu, dass sich die Maske nachher schön ausfalten kann und sich gut an dein Gesicht anpasst. Achte einfach darauf, dass die Falten mittig liegen und nicht zu weit an der oberen sowie unteren Kante liegen.





## SCHRITT 6

Zum Schluss werden die Falten mit einer Naht fixiert, die einmal komplett entlang der Außenkanten der Maske verläuft. Diese Naht schließt gleichzeitig auch unsere noch offene Wendeöffnung. Nun nur noch bügeln - Fertig! :)

Naht

HERZLICHEN GLÜCKWÜNSCH  
DEINE MUND- UND NASEN-MASKE IST JETZT FERTIG!

