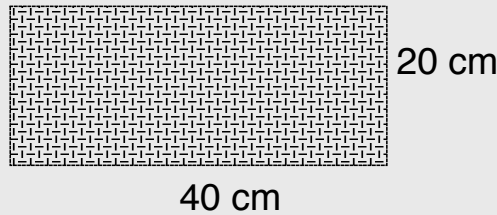


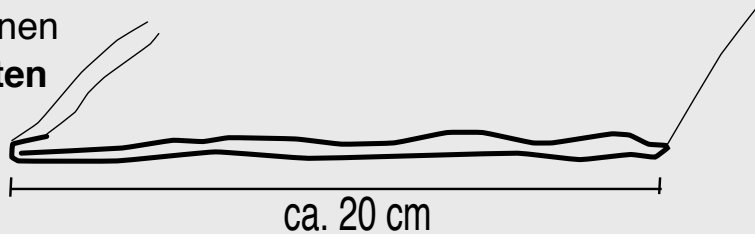
# Nähanleitung für eine einfache Behelfsmaske, auch für Anfänger geeignet.

## Material:

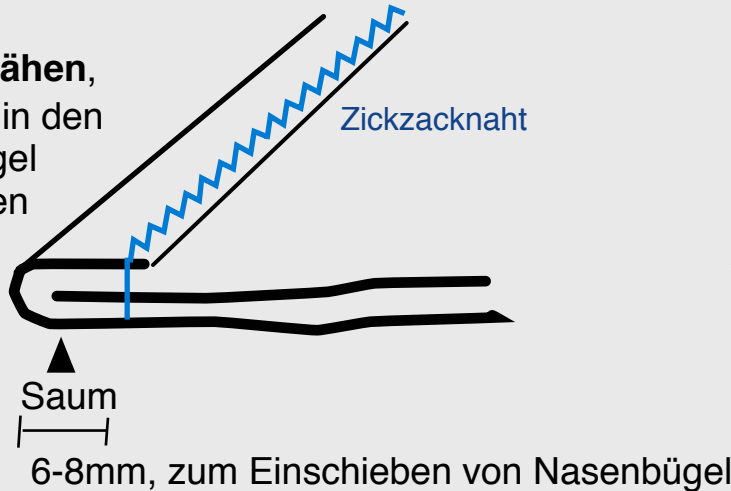
Baumwollstoff, nicht zu dünn, aber noch luftdurchlässig.  
Gut geeignet: zB alter Bettbezug.  
T-Shirt-Stoff ist nicht geeignet.



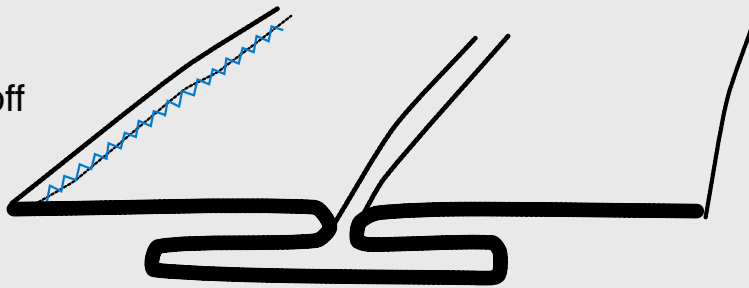
1. Zugeschnittenen Stoff einmal **falten** und an Kante umschlagen



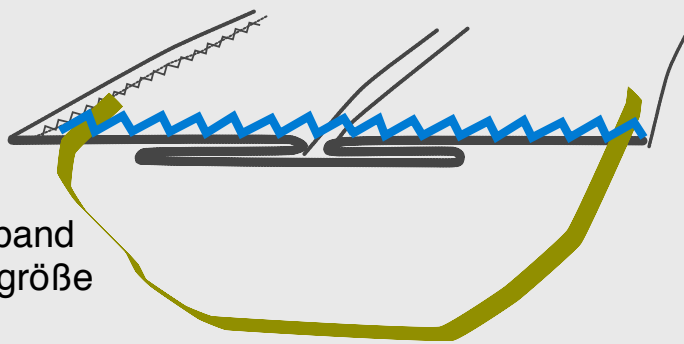
2. Mit Zickzack **vernähen**, dabei Saum lassen, in den später ein Nasenbügel eingeschoben werden kann (sorgt für bessere Dichtigkeit)



3. Doppelten Stoff entsprechend Zeichnung **falten**



4. **Rand** mit Zickzack **vernähen** und dabei **Gummiband** mit einnähen. Für Befestigung an Ohren sind 14-17 cm Gummiband passend, je nach Kopfgröße (ausprobieren). Das Gummi sollte recht weich sein.



5. Alu-Blechstreifen (notfalls Draht mit umgebogenen Enden oder Pfeifenputzer) als **Nasenbügel** einschieben. Kann, aber muss nicht beim Waschen rausgenommen werden.

## 6. Fertig!

Über Nase und Kinn ziehen, Nasenbügel um Nase formen. Gelegentlich in Seifenlösung warm waschen, oder durch dampfbügeln sterilisieren. Nach 1-3 Tage Liegenlassen sind die Viren aber auch so nicht mehr infektiös.



## Wer keine Nähmaschine hat:

man kann auch mit Tesaband oder Hansaplast alle Seiten umkleben. Hält nur nicht so lange. Löcher zum Befestigen der Gummibänder in die Ecken mit Locher stanzen.

Nasenbügel und Gummiband gibt es im Wäscheladen Klatt in Eichwalde oder (ab 50 Stck) bei: [www.nasen-buegel.de](http://www.nasen-buegel.de)