

## MundNasenSchutz nähen (Version 2.0)

Als Grundlage habe ich das Schnittmuster von SewSimple verwendet.

<https://sewsimple.de/anleitung-mundschutz-naehen-mit-schnittmuster/>

Da das Einfassen mit Schrägband etc. aber doch recht viel Zeit in Anspruch nimmt und für Nahanfänger bzw. Wenignäher recht fummelig ist, hier eine Variante ohne Schrägband.

1. Schnittmuster (findet ihr auf der letzten Seite) drucken und ausschneiden

→ Wichtig: Druckeinstellung: Tatsächliche Größe

2. Schnittmuster auf Stoff legen und mit 1cm Nahtzugabe zuschneiden

- 1x Innenseite (kochfester atmungsaktiver Baumwollstoff)
- 1x Außenseite (kochfester atmungsaktiver Baumwollstoff)

Prüfung der Durchlässigkeit der Atmung:

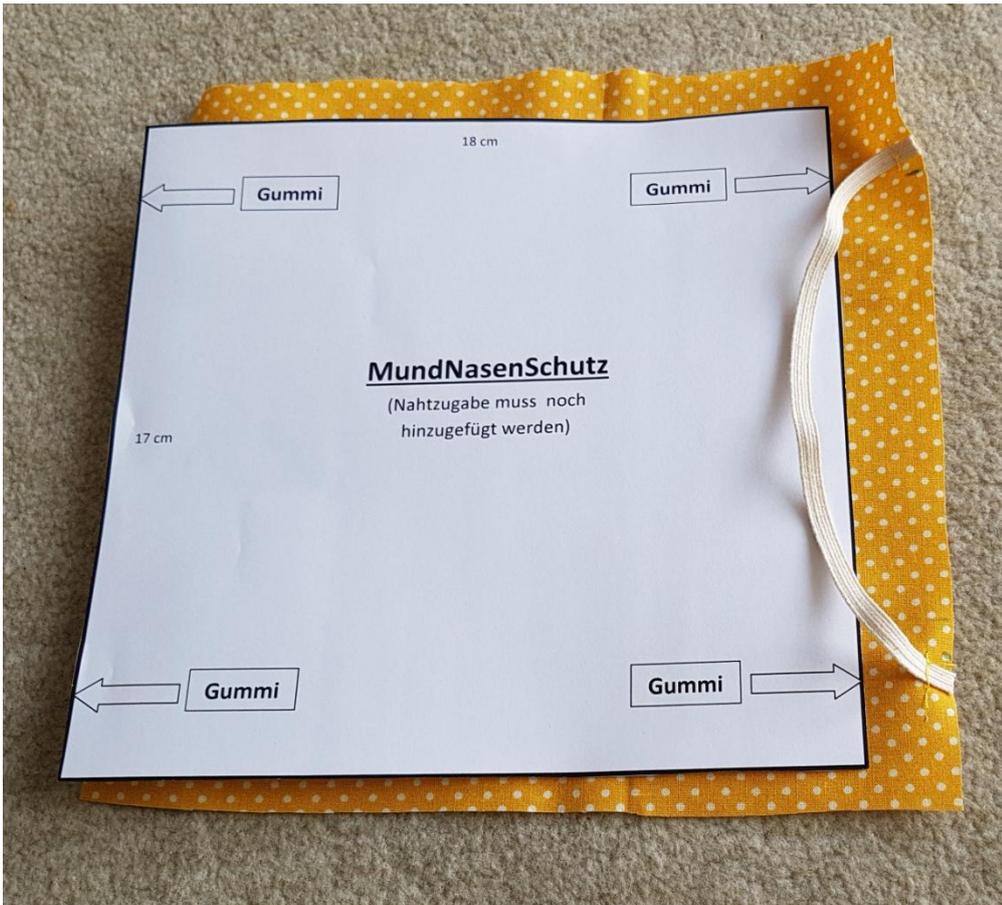
→ Tuch doppelt nehmen → Dicht um Mund und Nase schließen → Ein- und Ausatmen  
→ Ist das Ein- und Ausatmen ohne größeren Atemwiderstand möglich, ist das Material geeignet.

- 2 Stückchen Gummiband (hier 18cm für einen normalgebauten Erwachsenen, für Kinder bitte weniger)
- 1x Basteldraht 18cm am Rand ein Zentimeter umgebogen

→ Markierungen entsprechend auf den Stoff übertragen



2. Gummiband entsprechend der Markierung auf eine rechte (schöne) Seite nähen



3. Stoff rechts auf rechts (schön auf schön) mit Nadeln fixieren und Wendeöffnung markieren

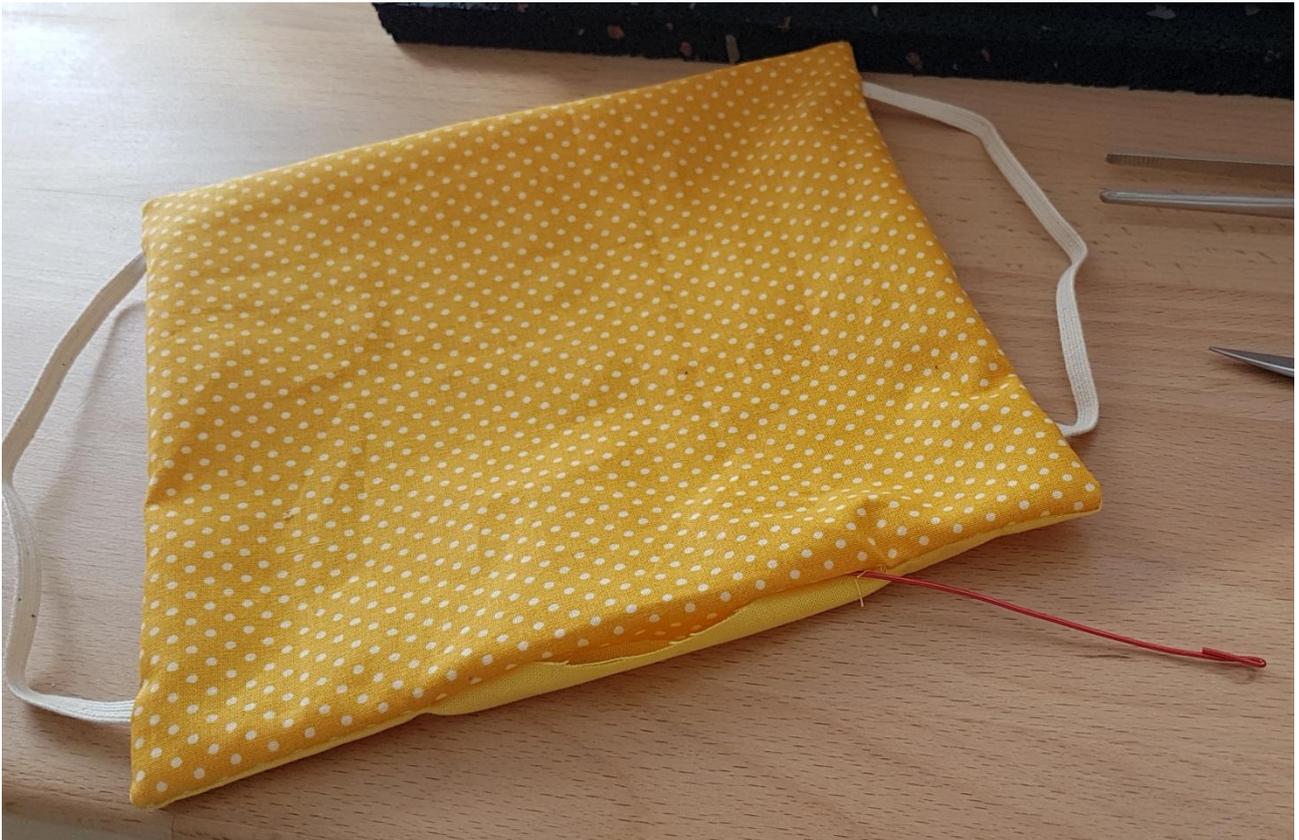




4. Einmal rundrum zusammennähen (Wendeöffnung offen lassen!) → Stoff einschneiden an Wendeöffnung und Ecken abschneiden



5. Stoff wenden und Ecken ausformen → anschließend den Basteldraht reinfummeln



6. Basteldraht an der oberen geschlossenen Seite fixieren und an Wendeöffnung Nahtzugabe in Stoff klappen und ebenfalls mit Nadel schließen



7. 3x Falten (Größe ca. 1cm) formen und mit Nadeln fixieren



→ Wenn die Falten nicht ganz haargenau den gleichen Abstand haben, dann geht die Welt nicht unter ;-)



8. Einmal mit ca. 0,5cm Abstand rundrum absteppen und dabei den Basteldraht oben fixieren  
(aufpassen, dass ihr nicht mit der Nadel auf den Draht kommt)  
→ Vor dem Falten nähen die Nadeln entsprechend entfernen



9. Fertig

Außenseite

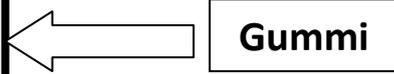


Innenseite



Ich hoffe, es hilft. Bleibt gesund! VG Jana

18 cm



## MundNasenSchutz

(Nahtzugabe muss noch  
hinzugefügt werden)

17 cm

