

# Selbstgemachte Schutzmaske aus Baumwolle

von Gabriela Hochstrasser

Gabriela Hochstrasser arbeitet im Lebensmittelabor des Kantons Freiburg in Grangeneuve. Eines ihrer Hobbys, das Nähen, brachte sie auf die Idee, Schutzmasken aus recycelten Baumwollstoffen für ihre anspruchsvollen Kolleginnen und Kollegen anzufertigen. Sie teil hier ihre Anleitung für die Maskenherstellung mit den Bauernfamilien.

## Anleitung zur Herstellung einer Schutzmaske

Material: Baumwollgewebe (z.B. ein altes Hemd), 5mm breites Gummiband

Foto 1



Ich recycle bestehende Stoffe für die Masken. Es braucht drei Lagen.

- Schneiden Sie 3 Stoffquadrate in der Grösse 20cm x 20cm aus
- Schneiden Sie zwei Gummibänder ab (22 bis 25 cm je nach Größe)
- Machen Sie an beiden Enden jedes Gummibandes einen Knoten

Foto 2



Legen Sie die 3 Stoffquadrate übereinander. Achten Sie darauf, dass die beiden Stoffe, die auf der fertigen Maske sichtbar sein werden, nebeneinanderliegen.

Nähen Sie die drei Lagen, an zwei gegenüberliegende Seiten, über die gesamte Länge 1 cm vom Rand entfernt zusammen.

Foto 3



Führen Sie auf der Innenseiten der beiden Nahten je ein Gummiband ein und machen Sie auf beiden Seiten mit einer Nadel fest. Der Knoten ist Aussen.

Foto 4



Nähen Sie nun die anderen beiden Seiten in 1 cm Abstand zusammen, so dass die Gummibänder ebenfalls fixiert sind. Lassen Sie auf einer Seite eine 5 cm grosse Öffnung, um die Innenseite nach Aussen zu stülpen.

Foto 5



Stülpen Sie die Innenseite über die Öffnung nach Aussen und bügeln Sie den Stoff glatt.

Foto 6



Bilden Sie 3 gleichmässig verteilte Falten, um eine Maskenhöhe von etwa 10 cm zu erhalten und befestigen Sie diese mit Nadeln. Nähen Sie die beiden beiden Seiten 1 cm vom Rand entfernt zusammen. Machen Sie eine zweite Naht 0,5 cm von der Kante entfernt. Entfernen Sie die Nadeln und bügeln Sie die Maske erneut.

Foto 7

Und so sehen die fertigen Masken aus.



**Viel Spass beim Nähen!**

