

MUNDSCHUTZ
ZUM
SELBERMACHEN
OHNE NÄHEN

FERTIG IN 2 MINUTEN

✓ **DU BRAUCHST:**

1X ALTES T-SHIRT

1X SCHERE

1X STIFT ZUM MARKIEREN

1X LINEAL

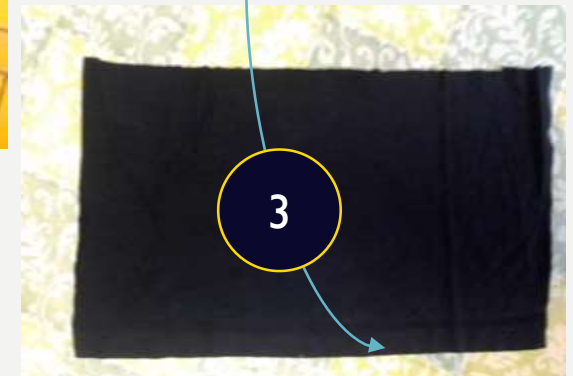
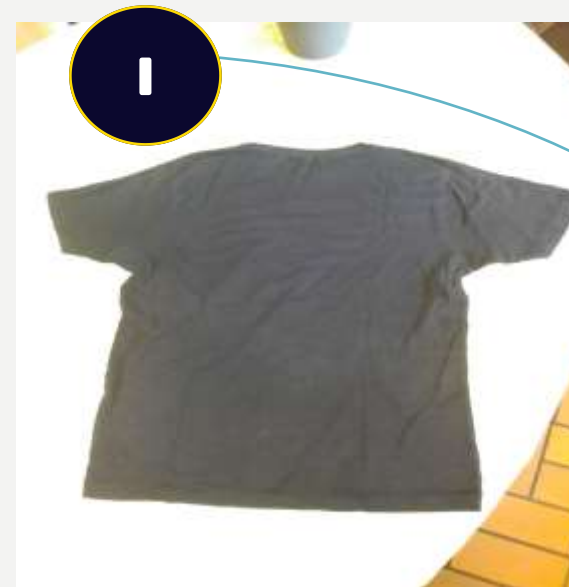


**TIPP: KLEINER DRAHT DAMIT DIE
MASKE BESSER AUF DER NASE SITZT.**

SCHRITT 1

RECHTECK AUSSCHNEIDEN

- T-Shirt mit der Rückseite nach oben vor dich legen.
- Rechteck von ca. 15 Zentimetern Höhe und 35 Zentimetern Breite einzeichnen und inklusive Saum ausschneiden



SCHRITT 2

ZWEI STREIFEN EINSCHNEIDEN

- Vom Rand ausgehend Links und rechts zwei Zentimeter breite Streifen von der unteren Kante bis zwei Zentimeter vor die obere Kante einschneiden.
- **Nicht abschneiden!!!**

4



SCHRITT 3

SCHLITZE EINSCHNEIDEN

- **An beiden Seiten, nochmals jeweils zwei Zentimeter nach innen versetzt, fünf Zentimeter lange Schlitzze einschneiden, die zwei Zentimeter oberhalb der unteren Kante beginnen.**



SCHRITT 4

NASENBÜGEL EINSCHIEBEN

- Falls vorhanden, kannst du noch ein Stück Draht als Nasenbügel in den T-Shirt-Saum schieben, damit sich die Maske besonders gut an Nasenrücken und Wangen anschmiegt.
- Sollte die Maske nicht genug spannen schneidet die Löcher für die Ohren einfach nochmal weiter Innen ein.



FERTIG

- Schon ist der Mundschutz fertig! Die gesäumte Kante auf Nase und Wangen legen, die Schlitze über die Ohren ziehen und zum Schluss die herunterhängenden Stoffstreifen im Nacken zubinden.





**BLEIBT
GESUND**