

Mundschutz aus altem T-Shirt zum Selbermachen - ohne Nähen

1. Rechteck ausschneiden

Aus dem T-Shirt ein Rechteck von ca. 15 cm Höhe und 35 cm Breite ausschneiden.



2. Zwei Streifen einschneiden

Links und rechts einen etwa 2 cm breiten Streifen von der unteren Kante bis 2 cm vor die obere Kante einschneiden. Nicht abschneiden!



3. Schlitzte einschneiden

An beiden Seiten, nochmals jeweils 2 cm nach innen versetzt, 5 cm lange Schlitzte einschneiden, die 2 cm oberhalb der unteren Kante beginnen.



Die Schlitzte kannst du nun über die Ohren ziehen und die langen Stoffstreifen im Nacken zusammenbinden. Schon ist der Mundschutz fertig!



Hinweis: Die Maske muss nach der Nutzung bei mindestens 60° Grad gewaschen werden.



Die BKK in meiner Nähe!

www.bkk-melitta-plus.de

BKKM⁺
Melitta Plus

Immer an meiner Seite