

Aus Rücksicht: Atem-Maske vor Mund und Nase

- > Egal, was man davon hält und nicht nur, weil sie inzwischen verpflichtend getragen werden muss – die Gesichtsmaske signalisiert: „Ich will dich vor Ansteckung schützen!“
- > Wenn es schon keine Schutzmasken* zu erwerben gibt, kann man sich selbst wirksame *Behelfsmasken* basteln oder nähen. – Oder auch käuflich erwerben**
 - * *Achtung: „Schutzmaske“ ist geschützter Begriff für medizinisch-genormte ffp2 und ffp3-Standards!*
 - ** *Individuell gefertigte und günstige „Gesichtskleider“ z.B. bei www.cmhaidmanufaktur.de*
- > Auch wenn diese Behelfsmasken nicht dem „ffp2/3-Standard“ entsprechen, bremsen sie doch fliegende (ansteckende) Tröpfchen wirkungsvoll ab.***
 - ****Eckart von Hirschhausen erklärt's eindrücklich: <https://youtu.be/nqtibqouM0I>*

Anleitungen

für die Herstellung von Einmalmasken aus Papier oder Atemmasken aus Baumwolle* mit Vlieseinlage gibt es wie Sand am Meer: einfach googeln oder auf Youtube gehen.

**nur kochfeste Baumwoll- und Leinenstoffe (z.B. Geschirrtücher...) verwenden*

Mein persönlicher Favorit (kann nämlich auch der unbegabte Mann herstellen :-))
=> Papier-Küchentuch doppelt legen, vor dem Zusammenlegen in die Falte einen (Beuterverschluss-) Draht mit Klebeband fixieren, Papiertaschentuch drauf (für die Innenseite), zickzack falten, links und rechts Gummis reinlegen, die Enden umklappen und so tackern, dass die Gummibänder in den umgeklappten Enden liegen. – Fertig zum Aufsetzen.

– **Vor dem Aufsetzen Hände waschen!** – Vor dem Gesicht das gefaltete Tuch auseinander ziehen: über die Nase, Draht anpassen und unter Kinn. => <https://youtu.be/t7NB7h6ESag>
Beim Absetzen nicht ins Gesicht drücken, sondern an den Gummis hinter den Ohren fassen – und in den Restmüll. – Und wie immer: **Nach dem Absetzen Hände waschen!**

Gebrauchte Stoffmasken täglich in die Wäsche. Z.B. heißes Wasser (aus dem Wasserkocher, > 60°) mit Waschmittel in einen Topf, durchrühren, eine Zeit lang stehen lassen, abgießen, Masken spülen, auswringen, zum Trocknen aufhängen.

2 Beispiele

siehe unten:

- Anleitung für Papier-Maske
- Nähanleitung für Stoffmaske (Stadt Essen)