

Instructie mondkapje maken

Nodig:

- 100% katoen ongeveer 150 grams
- Katoenen biasband, liefst 20 mm breedte.
- Garen, spelden en een naaimachine

Stap 1:

Knip 2 delen voering en 2 delen buitenstof uit je katoen.

Stap 2:

Leg de buitenstofdelen met de goede kanten op elkaar, stik de gebogen naad op 0,5 cm van de kant aan elkaar vast. Doe dit ook met de voeringdelen.

Stap 3:

Bij de voeringdelen vouw je de zijnaden 1 cm om naar binnen, en stikt deze vast.

Stap 4:

Bij de buitenstof vouw je de zijnaden eerst 1cm om en dan nog eens 2 cm, dan stik je ze vast.

Stap 5:

Leg nu het de voering en de buitenstof met de goede kanten op elkaar, de gebogen naden moeten netjes op elkaar liggen. Je speld de bovenrand aan elkaar, en de onderrand speld je ook vast. Stik deze onderrand en bovenrand langs 0,5 cm vast. Let op, de zijnaden stik je niet aan elkaar vast, het is de bedoeling dat deze open blijven.

Stap 6:

Keer nu je mondkapje binnenstebuiten naar de goede kant, zodat de naden binnenin komen te zitten. Rol bij de bovenkant en de onderkant de naden uit met je vingers, zodat je tegen het stiksel aan kijkt. Speld deze bovenkant in het midden en stik de naad op 0,5 cm door tot 3 cm links en rechts van het midden. De onderkant van je mondkapje rol je eveneens uit, deze naad stik je van zijnaad tot zijnaad door op 0,5 cm. Het kapje zelf is nu klaar. We gaan aan de slag met de linten.

Stap 7:

Knip je linten op 40 á 50 cm lengte. Vouw eerst een centimeter van het uiteinde naar binnen, en vouw vervolgens je lint in de breedte dubbel zodat ie 1cm breedte krijgt. Stik hem nu in de lengte helemaal door, dit herhaal je met elk lint.

Stap 8:

Als je alle 4 de linten klaar hebt, pak je je mondkapje erbij. In alle 4 de hoeken, naast de opening van de zijkant stik je het lint vast, gebruik hiervoor het uiteinde dat níet is afgewerkt.

Stap 9:

Knip alle losse draadjes af die er nog zitten, en maak je mondkapje klaar voor gebruik door er een filter in te stoppen. Een goed filter is een op maat geknipt stuk stofzuigerzak, een alternatief is een dubbele laag keukenpapier, maar dit ademt minder prettig.

* Het mondkapje was je vóór gebruik uit op 90 graden, of je kookt het 5 minuten uit in een pan. Dit doe je ná gebruik uiteraard ook, of na maximaal 3 uur dragen. Het filter gooi je weg en vervang je. Er zijn ook uitwasbare stofzuigerfilters verkrijgbaar, zoek hiervoor naar Kirby filters. Ik gebruik graag katoenen linten om te strikken, omdat deze goed blijven bij uitkoken. Elastiek zou makkelijk virussen en bacteriën kunnen vasthouden en verliest vaak zijn rek bij het uitkoken.

DISCLAIMER; De zelfgemaakte mondkapjes zijn níet geschikt voor gebruik door artsen en chirurgen in ziekenhuizen en zijn níet goedgekeurd door het RIVM. Voor de drager bieden ze bij zorgvuldig gebruik meer bescherming dan wanneer men helemaal geen bescherming draagt. Maar deze kapjes draag je vooral om de ander te beschermen mocht je toch ongemerkt het virus bij je dragen. Dit is géén vervanging van andere voorzorgsmaatregelen, maar kan een aanvulling zijn, houd je netjes aan de 1,5 meter afstand. Kijk ook even op:

<https://smartairfilters.com/en/blog/best-materials-make-diy-face-mask-virus/?fbclid=IwAR2lOegwMkOh3xEMg3Nfcjcm9G9-TqsKyBF-nOpSjR2Ow4ehl1KGRauyoPc>

en

https://eenvandaag.avrotros.nl/item/met-deze-uitleg-voor-zelfgemaakte-mondkapjes-pakt-hongkong-corona-aan/?fbclid=IwAR2udwW4WL0zt5AOsa_SjhMpcBH6qfmtOf9Mz8pFUcLO0119z87NC9SopfA