

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Инструкция по пошиву – защитная маска

Носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Для минимально возможного заражения других людей

! Ваша собственная защита от заражения не обеспечивается !



носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Идея:

Федеральное правительство Германии теперь «настоятельно» рекомендует носить маску.

Носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Пошить защитную маску и носить ее для небольшого вклада в сдерживание распространения корона вируса.

Хотя изготовленная самостоятельно защитная маска это помощь, специальные медицинские маски мы лучше оставим героям системы здравоохранения. Тем не менее, изготовленными самостоятельно защитными масками мы можем внести свой небольшой вклад в сдерживание распространения корона вируса. Пошитая самостоятельно защитная маска может, как минимум служить в качестве средства «защиты от выплевывания», так как мы не можем быть абсолютно уверены в том, что мы не являемся переносчиком вируса, не имеющим симптомов заболевания. То есть, такой маской мы защищаем других людей. Маска позволяет своевременно задержать капельки жидкости, возникающие при чихании, кашле, разговоре и дыхании. Кроме того, маска препятствует слишком частому прикосновению к лицу и переносу в организм возможных вирусов руками путем «контактного инфицирования». Действительно замечательный вспомогательный эффект может заключаться в том, что при ношении маски вы сигнализируете «я понял серьезность положения» и таким образом демонстрируете свою солидарность с группами риска.

В настоящее время имеются различные инициативы, связанные с пошивом защитных масок и бесплатным предоставлением их. Безусловно и вы найдете кого-то в вашем окружении, кому вы можете помочь.

Однако, также как частное лицо вы имеете возможность принести пользу защитными масками, которые вы сами пошили.

Например, вы можете раздать ваши маски соседям и друзьям, которые сами не могут пошить маски. Лучше всего бросить маску в почтовый ящик с небольшой запиской, т. е. обязательно передать маску без непосредственного контакта.

В интернете имеется много инструкций по пошиву масок. И Фонд ЛОТТО-СПОРТ разработал защитную маску, очень удобную при ношении, которую, однако, нетрудно пошить. Желаем успеха при пошиве, дарении и оказании помощи.

ВАЖНОЕ УКАЗАНИЕ:

В настоящее время имеются различные мнения об эффективности ношения защитных масок в общественных местах. Так, некоторые эксперты отрицают наличие эффективности ношения масок, тогда как другие являются сторонниками этих масок. Естественно самостоятельно пошитые защитные маски не обеспечивают такой же защиты, как профессионально изготовленные маски. Однако, о том, что они оказывают положительный эффект также в качестве защиты от собственной инфекции, говорят, по меньшей мере, результаты [этого исследования](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2440799/).

[\(https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2440799/\)](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2440799/)

Кроме того, самостоятельно пошитые защитные маски имеют еще одно большое преимущество: таким образом медицинский персонал не лишается защитных масок с большим уровнем защиты, которые ему остро необходимы.

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Тем, кто интересуется дополнительным материалом по этой теме, мы рекомендуем еще пару статей, указанных ниже:

<https://www.tagesschau.de/inland/corona-maskenpflicht-virologe-101.html>

<https://www.tagesschau.de/inland/corona-deutschland-mundschutz-101.html>

<https://taz.de/Baumwollmasken-machen-Sinn/!5670920/>

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Итак, начнем!



Вам нужно следующее:

Расходный материал:

Хлопчатобумажное джерси (пригодное для стирки при высокой температуре) размером 20 x 20 см (2 шт.)

Хлопчатобумажный материал размером 60 x 5 см

Эластичная резиновая лента длиной 41 см

Устройства для скоросшивателей с металлическими полосками

Швейные нитки

Полезный вспомогательный материал:

Выкройка (см. образец)

Швейная машина

Ножницы

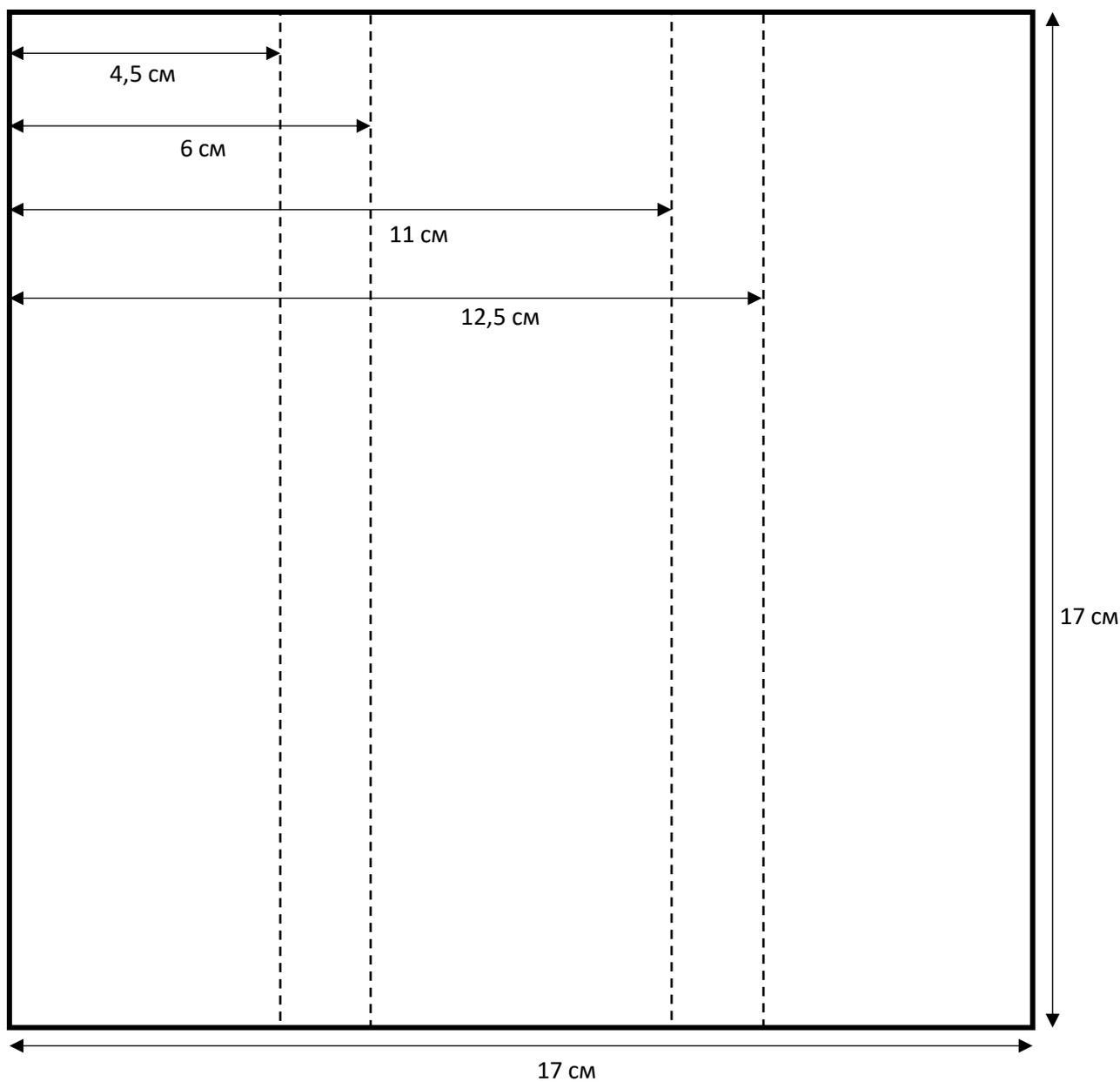
Булавки

Утюг

Линейка

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Выкройка:



Распечатайте эту страницу или вычертите ее сами по указанным размерам.

При печати необходимо проверить, была ли страница распечатана в размерах оригинала. Просто измерьте после печати.

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.



Вырежьте из материала джерси два квадрата (17 x 17 см) в соответствии с образцом.



Положите вырезанные детали изнаночной стороной одна на другую и распрямите (красивой стороной обеих деталей ткани наружу).

Затем сложите ткань вдоль пунктирных линий на образце (эти линии являются ориентировочными, их не нужно соблюдать очень точно).



Прогладьте складки утюгом и закрепите ткань двумя булавками. Теперь заготовка должна иметь высоту примерно 10 см, небольшое отклонение от этого размера вполне допустимо.



Отрежьте от хлопчатобумажной ткани две полосы длиной по 17 см и закрепите булавками на передней стороне маски.

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.



Застрочите полоски на расстоянии 1 см от края.



Осторожно извлеките металлическую полоску из устройства для скоросшивателей.



Положите металлическую полоску посередине на верхнюю хлопчатобумажную полоску и оберните полоску ткани вокруг.



Переверните все, сложите хлопчатобумажный материал и затем закрепите булавками на сшиваемой кромке.

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.



Застрочите перевернутые прикрепленные полоски хлопчатобумажной ткани сверху (лицевая сторона материала).



Вырежьте для боков две полоски хлопчатобумажного материала так, чтобы они были на 3 см длиннее высоты маски.



Равномерно подверните выступающую ткань и заутюжьте ее. Теперь закрепите заподлицо справа на передней стороне маски.

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.



Пришейте боковые полосы хлопчатобумажной ткани.



Подверните боковые части...



... и на каждой стороне закрепите зажимами резиновую ленту длиной 20,5 см.



Последний раз прострочите и защитная маска готова!

носите защитную маску и соблюдайте солидарность.

Готово!

ПОЗДРАВЛЯЕМ И БЛАГОДАРИМ ВАС ЗА УЧАСТИЕ!

Для раздачи друзьям и знакомым вы можете в качестве приветствия использовать небольшую записку, показанную ниже.

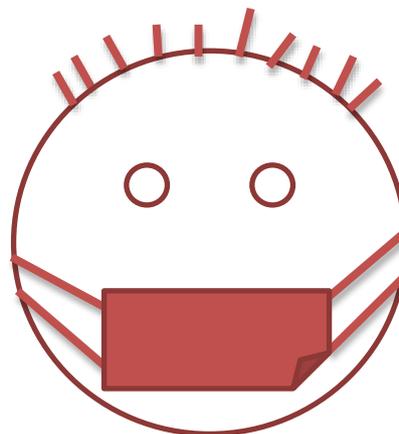


Это NieLSS.
NieLSS носит самостоятельно пошитую маску.

С ее помощью NieLSS защищает других от
возможного заражения

NieLSS разумный и солидарный.

Будьте, как NieLSS!



Дорогая/дорогой

Я пошил тебе защитную маску.

Этой маской ты можешь сообщать «я понял серьезность положения» и
демонстрировать твою солидарность с группами риска.

Продемонстрируй это и носи маску на улице.

Желаю тебе всего хорошего и буду рад нашей встрече. Будь здоров

С приветом

См. информацию об этой акции на: <https://www.lotto-sport-stiftung.de/aktuelles/behelfsmaske-tragen-und-solidaritaet-bekennen/>