



Hoe maak je een basis mondkapje?

<https://blog.bernina.com/nl/2020/03/een-basic-mondmasker/>

Als basis heb ik dit patroon gebruikt.

- Klik op **Mondmasker** voor het patroon
- Print het patroon uit op een standaard A4 papier  
! klik bij schaal op; ware grootte  
Dan op afdrukken
- Knip de patroontjes uit  
De naadwaarde is inbegrepen  
Het papieren patroontje heb je nu 2x  
1x volstaat, omdat je het op dubbelgevouwen stof legt
- Je hebt nodig voor het maken van **dit** basis mondkapje:
  - Een lapje katoen van 28 x 16 cm per masker
  - 68 cm standaard elastiek van ca. 0.5 cm breed, knip het in 38 cm (voor het achterhoofd) en 30 cm (voor de nek)
  - Kleermakers potloodje
  - Lockmachine!

Ik heb een aanpassing gemaakt voor dit patroontje zodat je het op een gewone naaimachine kunt maken.

Niet iedereen beschikt immers over een lockmachine!

Hoe ik dit mondkapje gemaakt heb ga ik jullie aan de hand van de volgende stappen uitleggen.

Mondkapje dubbel laags  
Zijkanten zijn open  
Je kunt er een filter inschuiven

Wat heb je nodig?

- Geringe! vaardigheden op de naaimachine 😊,  
De naaldstand staat op: midden  
Gebruikte steken: stiksteek en zigzagsteek
- Buitenkant > lapje katoen van 38 x 17 cm
- Binnenkant > lapje katoen van 35 x 17 cm  
Neem 100% katoenen stoffen, die wasbaar zijn  
op 60 ° (niet minder i.v.m. de bacteriële werking!).  
Tot 90 ° mag ook, dit is afhankelijk van je stof keuze.  
Het beste is om de stoffen die je gaat gebruiken eerst te  
wassen
- Elastiek van 0,5 cm breed, 2 stukjes van ca. 21 cm
- 1 velletje keukenrol papier in 3 gevouwen = filter
- Schaar, garen, spelden, kleermakers potloodje,  
centimeter.....

Als je de papieren patroontjes hebt uitgeknipt maak je er;

1 voor de buitenkant

en

1 voor de binnenkant

**A** Zoals je ziet heb ik bij het patroontje

voor de buitenkant + 4 cm. bijgetekend

en

voor de binnenkant + 2,5 cm. bijgetekend

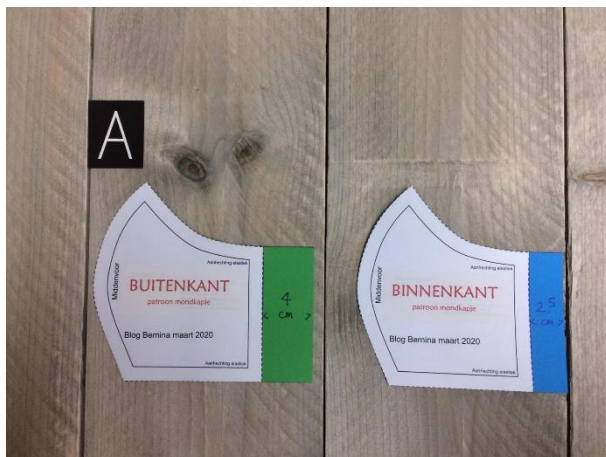
Als je 1 of misschien 2 mondkapjes gaat maken kun je volstaan met het papieren patroon.

Ga je er meer maken?

Voor familie, vrienden, burens, naasten, .....

voor allen die er dringende behoefte aan hebben!

Dan is het super handig om een mal te maken van de 2 patroontjes.



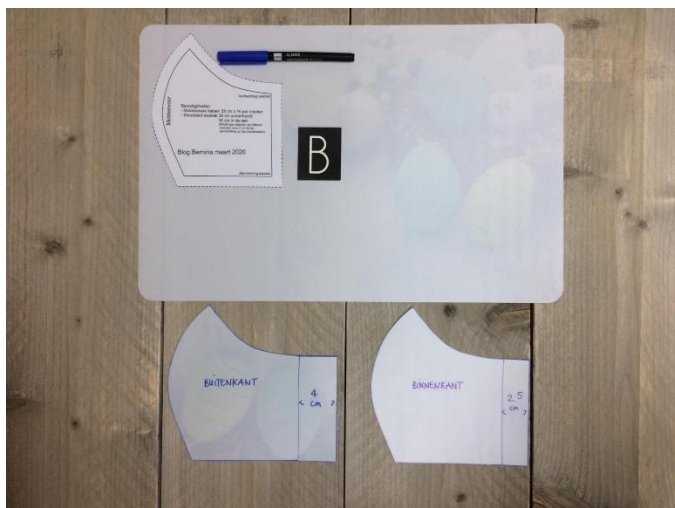
**B** Ik gebruik hier een placemat voor en trek het papieren patroontje m.b.v. een permanent marker over op de placemat.

Vervolgens knip je de 2 patroontjes uit.

De mal kun je eenvoudig overnemen op de stof met een kleermakers potloodje.

Zo'n mal kun je eindeloos gebruiken.

Maar laten we hopen dat we de mondkapjes binnen afzienbare tijd NIET! meer nodig zullen hebben!



**C** Vouw het lapje voor de buitenkant van het mondkapje dubbel, met de goede kant van de stof op elkaar.

Het dubbel gevouwen lapje is dan  $> 19 \times 17$  cm

Vouw ook het lapje voor de binnenkant van het mondkapje dubbel, met de goede kant van de stof op elkaar.

Het dubbel gevouwen lapje is dan  $> 17.5 \times 17$  cm

Maak de vouw met je nagel een beetje scherp, dan blijft het lapje goed plat liggen.



**D** Leg het patroon voor de buitenkant op het lapje van 19 x 17 cm, aan de knipkant van de stof.

Doe dit ook met het patroon voor de binnenkant op het lapje van 17.5 x 17 cm, ook aan de knipkant van de stof.

Teken het met een kleermakers potloodje over op de stof en speld de delen op elkaar vast.

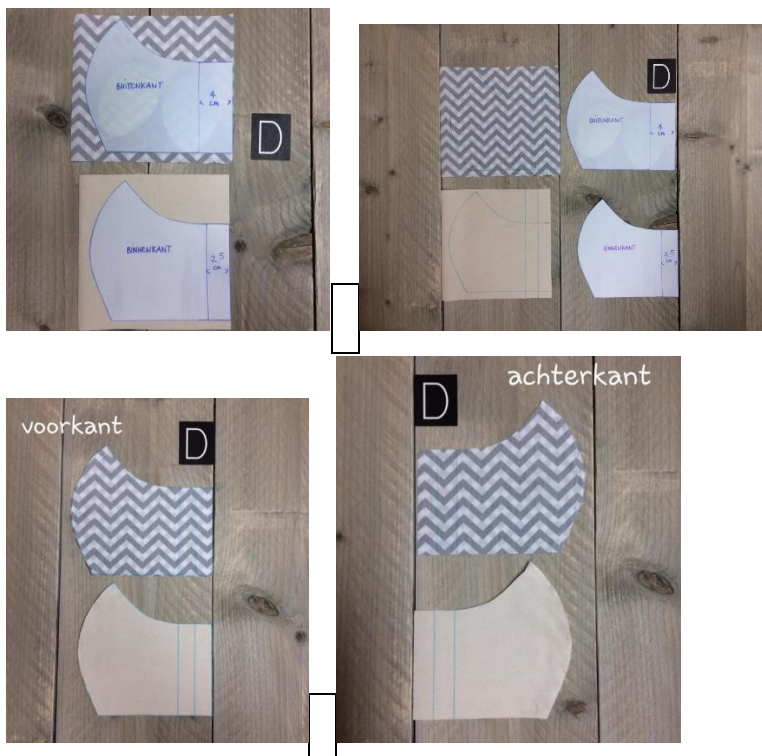
Teken vanaf de knipkanten van de stof een lijn op 2 cm. en een lijn op 4 cm.

Doe dit aan de voor – en achterkant van zowel de buitenkant stof als van de binnenkant stof.

Je ziet hoe ik de lijnen op de stoffen hebt getekend.

Later, bij het maken van het mondkapje, zul je zien hoe handig deze lijnen zijn.

Knip de patroontjes; buitenkant en binnenkant uit de stof, langs de getekende lijnen.





**E** Naai van beide delen de middenvoor naad, die gebogen loopt. Met een stiksteek en de naaldstand in het midden.

De zijkant van het voetje van je naaimachine hou je gelijk met de geknipte lijn.

Als je begint en eindigt naai dan even een stukje vooruit en achteruit dit om te voorkomen dat de naad losgaat.

Zigzag de naden van beide delen.

Vouw de naad van beide delen naar binnen en maak dit zo plat mogelijk. Doe dit door er met je nagel een aantal keren overheen te gaan.

Je kunt deze naad ook doorstikken door er op de goede kant, zo dicht mogelijk langs de naad, met de naaimachine langs te stikken. Nodig is het niet echt!

Het vraagt wel enige ervaring 😊.



**F** Vouw vervolgens van beide delen de knipkant van de stof naar de 1<sup>e</sup> lijn (die van 2 cm.), maak de vouw scherp met je nagel. Vouw dan deze inslag naar de 2<sup>e</sup> lijn (die van 4 cm.) en maak ook deze scherp met je nagel.

Als je dit bij beide delen hebt gedaan, 4 x dus, kun je de naden even goed plat strijken.

De zijnaadjes van het binnenkant deel, van het mondkapje, stik je vast, zo dicht mogelijk langs de vouw.

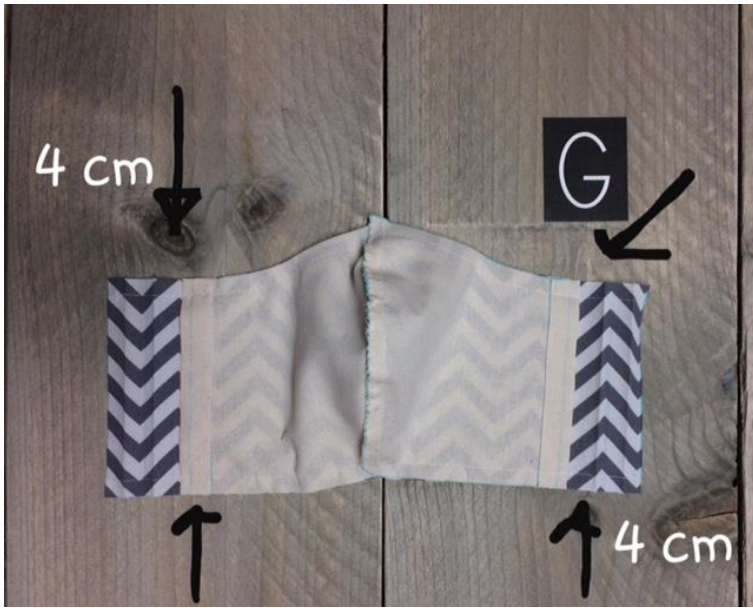
De zijnaadjes van het buitenkant deel, van het mondkapje mogen nog NIET! vast gestikt worden.





**G** Nu ga je de delen van het mondkapje op elkaar stikken.

- Leg de delen met de goede kanten op elkaar en speld ze vast.
  - Je begint bij de 4 cm. lijn van het buitenkant deel en eindig ook weer op de 4 cm. lijn van het buitenkant deel  
 Daarom zijn nu die lijnen zo fijn.
  - Zorg er bij de “kruispuntjes” van de middenvoornaadjes voor dat de naden gekruist op elkaar komen te liggen. Zowel aan de bovenkant als aan de onderkant. De ene naad naar links en de andere naad naar rechts. Of andersom, dat maakt niet uit. Als je de naden op elkaar legt wordt het namelijk te dik.
  - Stik de boven en onderkant van het mondkapje. Met een stiksteek en de naaldstand in het midden. De zijkant van het voetje van je naaimachine hou je gelijk met de geknipte lijn. Begin aan de knipkant van het buitenkant deel, dit is straks handig als je die zijnaad moet afwerken. Bij de overgang van het buitenkant deel en het binnenkant deel, stik je even vooruit en achteruit. Zo maak je het wat steviger en geeft het minder kans om los te gaan. Doe dit aan beide kanten en zowel boven als onder. Maak je stiksel af tot de knipkant van het buitenkant deel. Deze naden hoeven niet gezigzagd te worden.
- zie ook mijn voorbeeld bij afbeelding G



**H** Het mondkapje kan nu omgedraaid worden.

Zorg, na het omdraaien, dat de naden goed plat komen te liggen. Ga er met je nagel overheen om de naden goed “scherp” te maken. Dit maakt ook het doorstikken makkelijker.

Je merkt ook dat de “kruispuntjes” van de middenvoornaadjes, boven en onder, mooi op elkaar liggen en niet voor een dikke naad zorgen.

Speld de nog door te stikken naden boven en onder op elkaar.

Vouw de omslag van het buitenkant deel, boven en onder, naar binnen, precies op dat handige stikseltje uit de vorige stap.



1 Stik de boven en onderkant van het mondkapje door.

Met een stiksteek en de naaldstand in het midden.

Probeer dit zo dicht mogelijk langs de kant te doen.

Begin en eindig ook weer aan de knipkant van het buitenkant deel. Stik daarbij aan het begin en het einde even vooruit en achteruit, dit zorgt voor extra stevigheid.

- zie ook mijn voorbeeld bij afbeelding 1





**J** De laatste handeling met de naaimachine.

Als je het mondkapje met de goede kant naar beneden legt, zie je dat de zijnaden van het buitenkant deel nog moeten worden afgewerkt.

Dit gaat heel eenvoudig omdat je bij stap F de naden al hebt omgevouwen en plat gestreken.

Vouw de knipkanten aan beide zijkanten van het buitenkant deel, eerst naar de 1<sup>e</sup> lijn (die van 2 cm.).

Vouw dan deze inslag naar de 2<sup>e</sup> lijn (die van 4 cm.).

Speld het vast.

Je ziet dat de omvouw precies naast de zijnaad komt van het binnenkant deel.

De zijnaadjes van het buitenkant deel, van het mondkapje, stik je vast, van boven naar beneden en zo dicht mogelijk langs de rand.

De boven – en onderkant van deze zijnaadjes blijven open.

Hier moet nl. het elastiek door voor rond de oren.



**K** De zijkanten van het buitenkant deel zijn de tunneltjes voor het elastiek.

Neem voor elke kant ca. 21 cm. elastiek.

Rijg dit met behulp van een veiligheid speld, aan beide kanten, door de tunneltjes.

Leg in de uiteinden van het elastiek een platte knoop.

- links over rechts en rechts over links

Trek het knoopje goed aan.

Schuif het elastiek door het tunneltje, zodat het knoopje van het elastiek niet meer zichtbaar is.

Misschien vind je het prettiger om het elastiek wat langer te nemen of juist wat korter. Dit is persoonlijk.

Het mondkapje moet comfortabel zitten en niet gaan irriteren rond de oren.



**L** Al naar behoefte en/of noodzaak kun je in het mondkapje een filter schuiven.



De filter kun je meerdere keren per dag vervangen.

Ik heb hiervoor een velletje keukenrol papier gebruikt en in 3en gevouwen.

Voor een filter worden ook andere materialen gebruikt.

- Non woven papier
- Het papier gedeelte van een stofzuiger filter
- Een wegwerp washandje, op maat van het mondkapje, geknipt

Het dubbel laags mondkapje kun je wassen op 60°, niet op een lagere temperatuur i.v.m. de bacteriële werking.

Op een hogere temperatuur, tot 90°, mag ook. Dit is afhankelijk van je stof keuze. Je kunt b.v. kiezen voor een 100% katoen wit laken of kussensloop, wat je niet meer gebruikt.

Dan kun je het mondkapje, zonder problemen, op 90° wassen.

**!** Vergeet niet, voordat je het mondkapje gaat wassen, om de filter te verwijderen.



# T E N S L O T T E

Dit mondkapje is uiteraard geen medisch model, maar het kan basic gebruikt worden om zich toch iets te beschermen in een onvermijdelijke drukte.

Het hier beschreven mondmasker, als creatief project, voldoet niet aan de medische richtlijnen voor mondmaskers en is geen garantie voor het reduceren van besmettingsrisico.

Elke vorm van verantwoordelijkheid, resp. aansprakelijkheid wordt hieromtrent afgewezen.

- Misschien als het tekort aan mondkapjes nog groter wordt dat de voorgeschreven regels worden versoepeld en aangepast?

Ik hoop dat het, met behulp van mijn beschrijving, lukt om zelf dit mondkapje te maken.

Mochten er desondanks toch nog vragen zijn **#durftevragen**

Als je mij een mailtje stuurt;

[sjam@zeelandnet.nl](mailto:sjam@zeelandnet.nl)

zal ik proberen om je vragen te beantwoorden en waar nodig een aanvulling te geven.

- Beter iets, dan niets
- Niks is niks & iets is iets
- Nood breekt wet

Ellen Mous      20 maart 2020