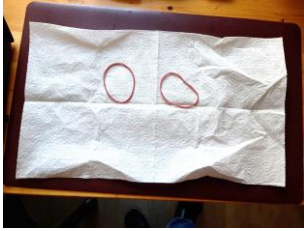


## Mund-Nasen-Schutz (behelfsmäßig)

### Mouth and nose protector (makeshift)

#### Benötigte Materialien:

#### Required materials:



Du benötigst:

2 Blätter einer Küchenrolle  
(zusammenhängend, ca. 45 cm)

2 Gummiringe

You need:

2 sheets of a kitchen roll  
(connected, approx. 45 cm)

2 rubber rings

Falte das Küchenrollenblatt 1x  
längs.

Fold the kitchen roll sheet 1x  
lengthwise.

Falte nun das rechte äußere  
Ende nach innen.

Now fold the right outer end to  
the inside.

Danach falte auch das rechte  
äußere Ende nach innen, so  
dass ein ca. 15 cm breiter  
Streifen entsteht.

Then also fold the right outer  
end inwards, so that an approx.  
15 cm wide strip is created.

Falte die Enden wieder nach  
außen und stecke die Enden  
des Küchenrollentuches durch  
die Gummiringe, so dass die  
Gummiringe an den  
Bruchfalten liegen.

Fold the ends outwards again  
and put the ends of the kitchen  
roll towel through the rubber  
rings so that the rubber rings  
are at the break lines.

Falte die äußeren Enden des  
Küchenrollenblattes wieder  
nach innen. Fertig ist der  
behelfsmäßige Mund-Nasen-  
Schutz.

Fold the outer ends of the  
kitchen roll sheet back inwards.  
The makeshift mouth-nose  
protector is ready.

Nun kannst Du den Mund-  
Nasen-Schutz aufsetzen, indem  
du die Gummiringe um Deine  
Ohren legst.

Now you can put on the  
mouth-nose protector by  
putting the rubber rings around  
your ears.