

Strahlenschutz: BEKLEIDUNG:

Strahlenschutz-Kleidung kaufen

www.a-zgesund.ch → Shop → Elektromog Abschirmung →
Abschirmende Bekleidung



Und viele mehr ...

Strahlenschutz-Kleidung kaufen

www.esmog-shop.com → Abschirmkleidung

oder: www.yshield.com → Stoffe & Textil



Und viele mehr ...

Strahlenschutz: selber nähen

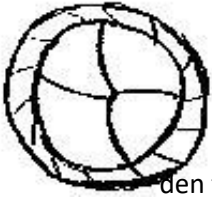
Grundmaterial: zu beziehen bei: www.yshield.com (Sparte: Stoffe & Textil)

	<p>YSHIELD® Abschirmstoff SILVER-ELASTIC HF+NF Breite 160 cm 1 Laufmeter</p> <p>Vollversilberter Elastanstoff, 50 dB Schirmdämpfung. Elastisch und perfekt für Kleidung. Erdbar!</p> <p>Inhalt 1.6 m² (68,69 EUR * / 1 m²)</p> <p>109,90 EUR *</p> <p><input type="checkbox"/> Auf die Wunschliste Lagerstatus: ●</p>
<p>TIPP</p> 	<p>YSHIELD® Abschirmstoff STEEL-GRAY HF+NF Breite 150 cm 1 Laufmeter</p> <p>Baumwoll/Polyester/Edelstahlgewebe, 35 dB Schirmdämpfung. Als günstiger Vorhang, für Bettwaren, Bekleidung. Erdbar!</p> <p>Inhalt 1.5 m² (26,60 EUR * / 1 m²)</p> <p>39,90 EUR *</p> <p><input type="checkbox"/> Auf die Wunschliste Lagerstatus: ●</p>

Stoffpflege: Schonend waschen bei 30°C | Bügeln ohne Dampf bei Stufe 1 | Nicht im Trockner trocknen | Nicht bleichen | Nicht chemisch reinigen

Nähen: Mit Dehnstich bei den dehnbaren Stoffen nähen > Zickzack ganz klein stellen (1) / Stichlänge je nach Wunsch (2-3). So dehnt sich dann die genähte Naht mit dem dehnbaren Stoff mit.

Anleitung: Sonnenhut-Schutz



Variante 1: mit Nähmaschine

Evtl. kann man einfach zuerst auf billigem Stoff ein Muster machen, damit man den teuren Stoff nicht verschneidet.

Einen genügend grossen Kreis aus Stoff ausschneiden, diesen dann in 4 Teile teilen. Jede Naht etwas einnehmen, auslaufend zur Mitte. Mit der Nähmaschine absteppen. Restlichen Stoff der Naht wegschneiden und dann die Haube von Hand in den Hut einnähen. Oder einfach das Muster der Hutform anpassen.

Variante 2: ganz einfach

Den Hut auf links ziehen und den Strahlenschutzstoff über den Hut ziehen. Den Stoff mit Stecknadeln auf den Hut fixieren. Wo es nötig ist, Falten legen, bis es im Hut gut passt. Möglichst schauen, dass es nicht zu viel losen Stoff hat, weil er sonst den Hut verkleinert.

Die Naht umlegen und an der Hutkante von Hand annähen.

weitere Varianten Anleitung: Schlafmütze

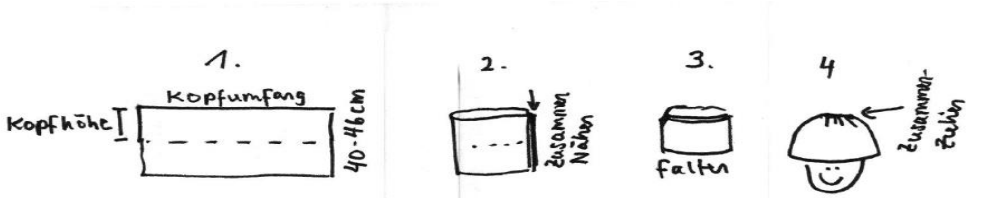
für einen erholsamen Schlaf!



Schlafmütze aus Stoffresten erstellen:

Grösse errechnen: Kopfumfang messen + Kopfhöhe

1. Kopfhöhe und Kopfumfang = Quadratisches Rechteck zuschneiden.
2. Seitennaht schliessen
3. Schlauch nun falten, sodass er doppelt ist. Oben muss er offen sein.
4. oder einfach nur 1-lagig nehmen. Ist weniger dick.
5. Die offene Stelle mit einem Faden zusammenziehen. - Fertig!
6. Futter kann auch in eine Wintermütze genäht werden.



oder kaufen:

TIPP



YSHIELD® Abschirmender Kopfschutz aus Silver-Elastic TKE | HF
Die moderne Alternative zum Kopftuch, 50 dB Schirmdämpfung. Elastischer Stoffschlauch aus Silver-Elastic.

34,90 EUR *
☑ Auf die Wunschliste ● Lagerstatus: ●



YSHIELD® Abschirmendes Kopftuch aus Steel-Gray TKG | HF
Kopftuch (dreieckig oder quadratisch) aus Steel-Gray, 35 dB Schirmdämpfung.

ab 34,90 EUR *
☑ Auf die Wunschliste ● Lagerstatus: ●

Anfertigungsbeschreibung Strahlenschutz-Unterwäsche

T-Shirt und lange Unterhose – geeignet als Pyjama oder als Unterwäsche für unterwegs.



Strahlenschutzstoff für ein T-Shirt: je nach Grösse ca. 1 – 1,5 m Strahlenschutzstoff mit einer Stoffbreite von 150 cm. Aus den Reststoffen kann man super noch den Sonnenhut füttern, ein Kopftuch oder Schlafmütze machen!!!!

1. Schnittmuster erstellen: Altes T-Shirt (Lang- oder Kurzarm), Leggings, lange Unterhose auswählen, das Dir passt. Alle Teile auseinanderschneiden > gibt das Schnittmuster!

2. Schneiden: Aus Strahlenschutzstoff ausschneiden

3. Nähen: Mit etwas Nähkenntnis kann problemlos ein einfaches T-Shirt mit oder ohne Kapuze erstellt werden.

Hier die Modelle zum Kaufen:

	<p>YSHIELD® Abschirmender Hoodie aus Silver-Elastic TEO HF</p> <p>Abschirmendes Langarm-Kapuzenshirt in 5 Größen. Aus Silver-Elastic mit 50 dB Schirmdämpfung.</p> <p>ab 279,90 EUR *</p> <p><input type="checkbox"/> Auf die Wunschliste ● Lagerstatus: ●</p>		<p>YSHIELD® Abschirmende lange Unterhose aus Silver-Elastic TEU HF</p> <p>Abschirmende lange Unterhose in 5 Größen. Aus Silver-Elastic mit 50 dB Schirmdämpfung.</p> <p>ab 199,90 EUR *</p> <p><input type="checkbox"/> Auf die Wunschliste ● Lagerstatus: ●</p>
---	---	---	---

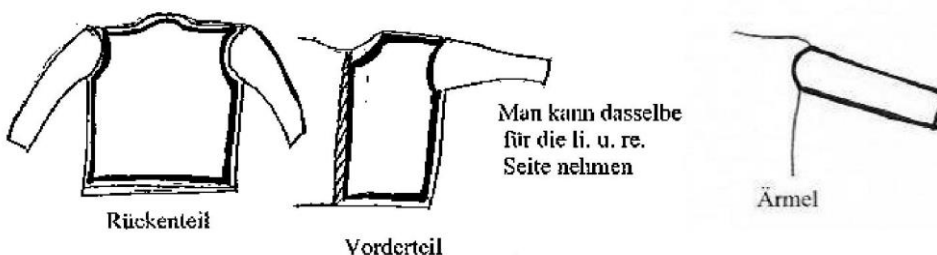
Anleitung: Jacke füttern mit Strahlenschutz-Stoff

Benötigtes Material:

- **1 Jacke**, die man schliessen kann, damit es keine Reflektion innerhalb der Jacke gibt – vom Strahlenschutz her bevorzugt mit Gummizug an Bund u. Ärmel (leichter zu nähen wäre es jedoch ohne Gummizug)
- **Schnittmuster erstellen:** 1 Schneiderrädchen oder ein Filzstift, um auf der Zeitung die Teile aufzuzeichnen. Zeitung/Packpapier o.a. für Schnittmuster erstellen
- **Strahlenschutzstoff 1,4 - 1,6 m Strahlenschutzstoff** mit einer Stoffbreite von 150 cm (das ist für eine Jacke, Herrengrösse 48). Zum Füttern ist ein eher dünner Futterstoff geeignet: **zu beziehen bei www.yshield.com**

SCHRITT 1: Schnittmuster erstellen:

Von folgenden Teilen, der Jacke, die man füttern will, muss der Schnitt abgenommen werden:

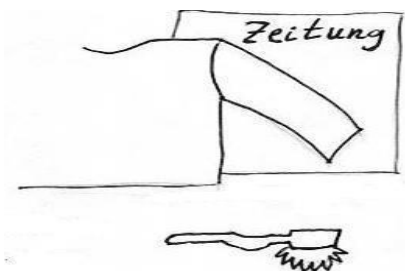


Und so geht's ... Zuerst legt man Zeitungspapier unter die Jacke. Wenn die Jacke Gummizug hat, muss man diesen auf das Maximum spannen und dann erst die Jacke mit Stecknadeln auf der Zeitung befestigen. Dann fährt man mit dem Schneiderrädchen der Form bzw. der Naht entlang, oder mit einem Filzstift.

Alternative: Man kann auch das Zeitungspapier

auf das abzunehmende Teil legen und dann mit dem Rädchen entlangfahren.

Zum Schluss trennt man dann die einzelnen Stücke an den Lochreihen ab und legt diese Muster auf den neuen Stoff



SCHRITT 2: Zuschneiden des Futters: Schnittmuster auf Stoff legen

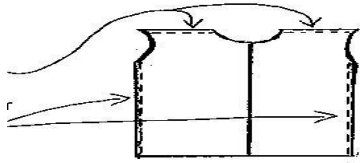
Wichtig: Überall 1,5 cm Nahtzugabe rundum einzeichnen und zuschneiden!!

SCHRITT 3: Futter in Jacke nähen:

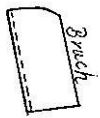
1. Rückenteil: Zuerst Rückenteil mit Vorderteil zusammennähen (die „schöne Seite“ des Stoffes liegt innen)

a) Naht bei beiden Schultern links u. rechts

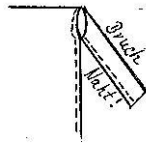
b) Naht auf der Seite unterhalb der Ärmelaussparung links u. rechts



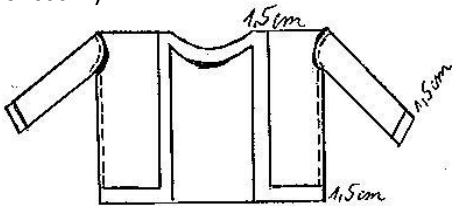
2. Ärmel nähen



3. Ärmel einnähen li. u. re. (der Bruch ist oben)



4. Alle offenen Schnittkanten ca. 1,5 cm umbügeln (die „schöne Seite“ des Stoffes ist immer noch „innen“ = „nicht sichtbar“).



5. Futter in die Jacke reinnähen (Nähte nach innen, sodass die „schöne Seite“ des Stoffes nach aussen schaut) und rundum annähen (von Hand oder mit Maschine).

Tipp: Zum Einpassen des Futters die Jacke umdrehen, sodass die richtige Jacke innen u. das Futter aussen liegt. So wird das Futter etwas „lockerer“ eingenäht, damit es dann beim Tragen mit der richtigen Seite aussen nicht spannt.