

Einfach selber machen: **HANDWÄRMER** für kalte Wintertage



Mit diesem selbstgemachten Handwärmer kannst du Wort wörtlich Wärme verschenken. In nur 15–20min kannst du deinen Handwärmer nähen.

MATERIAL

- Stoff (Stoffreste)
- Schere
- Milchreis oder Dinkel
- Nadel
- Faden



1. ZUSCHNEIDEN

Zuerst schneidest du dir den Stoff zu einem Rechteck zurecht, die Maße 7x14 cm bieten sich an. Deiner Kreativität was die Größe und Form des Handwärmers angeht sind keine Grenzen gesetzt.

2. FALTEN

Als nächstes faltest du den Stoff in der Mitte – wichtig ist, dass die linke Seite außen liegt.

3. NÄHEN

Jetzt kannst du mit Nadel und Faden die beiden Schichten zusammennähen – eine Seite musst du zunächst offenlassen. Die Naht sollte 0,5 cm vom Rand entfernt sein, damit sie nicht aufreißt.

4. FÜLLEN

Nun drehst du das Kissen durch die offene Seite auf rechts, die Ecken kannst du vorsichtig mit einem Stift rausdrücken. Befülle nun den Handwärmer mit Reis oder Dinkel und nähe die offene Seite zu. Fertig!

5. WÄRMEN

Je nach Größe braucht der Handwärmer zwischen 30 bis 60 Sekunden, um in der Mikrowelle warm zu werden. Alternativ kannst du ihn auch im Ofen aufwärmen. Viel Freude beim Wärme schenken!

