



# Wie erstelle ich ein Herzkissen?

## Material und Hilfsmittel

- 2 Stoffstücke jeweils 43 x 33 cm groß
- Nähgarn
- 170 g Füllwatte
- Schere, Kleber, Stift, Nähmaschine, Nähnadel

## Nähanleitung

1. Drucken Sie die Herzsablonne aus. Schneiden Sie das Muster anhand der äußeren durchgezogenen Linie aus. Danach kleben Sie Schnittteil 1 und 2 überlappend (graue Schattierung) zusammen.
2. Legen Sie zwei Stoffstücke (Mindestgröße jeweils 43 x 33 cm) rechts auf rechts (Stoffmuster auf Stoffmuster). Die Sablonne platzieren Sie auf dem Stoff und übertragen per Stift nacheinander beide Hälften der Herzform auf den Stoff. (Rechte Herzhälfte ist als Sablonne vorhanden, die linke Hälfte erhalten Sie ganz einfach durch Wenden der Sablonne.)  
Schneiden Sie das Herz entlang des äußeren Randes aus und nähen Sie im Anschluss die beiden einzelnen Stoffherzen zusammen (Öffnung zum Wenden auslassen). Die Nählinie ist gestrichelt eingezeichnet.
3. Bevor Sie den Stoff wenden, müssen Sie die Nahtzugaben an den oberen Herzrundungen und in der Mitte zwischen den beiden Bögen einschneiden, damit sich keine Falten bilden. Die Nahtzugabe an der Herzspitze sollten Sie bis kurz vor der Naht mit einem geraden Schnitt abschneiden. Anschließend stülpen Sie über die Wendeöffnung den Stoff nach außen.
4. Füllen Sie das genähte Herz mit Füllwatte. Bitte beachten Sie hierbei, das Herz mit exakt 170 g Füllwatte aufzufüllen. Wichtig: Das Herz darf weder zu weich noch zu hart sein, andernfalls wird der Schmerz nicht gelindert, sondern evtl. sogar verstärkt!
5. Nach dem Befüllen schließen Sie Öffnung mit Nadel und Faden per Hand.



# GPR

Gesundheits- und Pflegezentrum  
Rüsselsheim gemeinnützige GmbH  
Klinikum

Hier Schnittteil 1 und 2 zusammenkleben



— Schnittlinie (inkl. Nahtzugabe)  
- - - Nahtlinie  
- - - nach dem Nähen einschneiden,  
bis kurz vor die Naht

### Schnittteil 1 - rechte Herzhälfte

(Zum Übertragen der linken Herzhälfte,  
Schablone einfach wenden!)





**Gesundheits- und Pflegezentrum  
Rüsselsheim gemeinnützige GmbH  
Klinikum**

