

**Schicke deine
einzelnen
Dreiecke oder ein
komplettes Tuch
an mamazone!**

Strickanleitung:

Garn

Lana Grossa Cool Wool (100% Merino; 50 g / 160 m)
» 1 Knäuel reicht für 2-3 Dreiecke

Wollfarben

» Farbe Rosa: Farbnummer 452
» Farbe Rot: Farbnummer 417

Nadeln

» 3,5 mm Rundstricknadel
oder entsprechend der Maschenprobe

Hinweise

» Umarmung besteht aus 25 Dreiecken, die einzeln
gestrickt und zum Schluss zusammengefügt werden.

Fertige Größe

» 180 cm entlang der oberen Kante und 80 cm
von dort bis zur unteren Spitze (siehe Zeichnung)
» 1 Dreieck ist etwa 32 cm breit

Abkürzungen

re - rechts
kfb - M von vorne und von hinten abstricken
(1 M zugenommen)
HR / RR - Hinreihe / Rückreihe
M - Masche(n)

Gespannte Maschenprobe

11 M x 22 R = 5 x 5 cm kraus recht

Maschenanschlag

3 M elastisch anschlagen.

Vorbereitungsreihe (RR): re bis zum Ende

Reihe 1 (HR): kfb, re bis zur letzten M, kfb (2 M
zugewonnen -- 5 M)

Reihe 2: re bis zum Ende

Reihen 1-2 noch 34 weitere Male arbeiten (68 M
zugewonnen --- 73 M)

Abketten

Reihe 1 (HR): 1 re, [1 re, 2 M zurück auf die linke Nadel
schieben, 2 M re verschränkt zusammenstricken]
wiederholen bis zum Ende

Falls Du keine einzelnen Dreiecke sondern ein
komplettes Tuch an mamazone schicken möchtest,
füg die 25 Dreiecke wie folgt zusammen:

Es gibt viele Wege, die Dreiecke zusammenzufügen.
Ein paar habe ich ausprobiert und das Zusammen-
häkeln hat mir am besten gefallen.

Ich habe hierfür eine Häkelnadel in derselben Stärke
wie die Stricknadeln benutzt. Mit der „flat single
crochet“ Methode habe ich dann alle Dreiecke
zusammengehäkelt. Das in der Kontrastfarbe
kommt in die obere rechte Ecke des Tuchs.

Hier ist ein Video, das die Technik zeigt:
<https://www.youtube.com/watch?v=GL6NzTaiBTY>

Zum Zusammennähen habe ich das Tuch in
horizontale Abschnitte unterteilt und zuerst die Drei-
ecke entlang der diagonalen Nähte jedes Abschnitts
zusammengefügt. Dann den nächsten horizontalen
Abschnitt und so weiter. Schließlich habe ich alle
horizontalen Abschnitte miteinander verbunden.
Währenddessen habe ich Sicherheitsnadeln verwendet,
um alles an seinem Platz zu halten. Am Ende habe ich
mit der gleichen Methode alle drei Kanten des Tuchs
umhäkelt, damit es schön sauber aussieht.

Abschluss

Faden abschneiden und durch die letzte M ziehen.
Fäden vernähen, das Tuch dann in kaltem Wasser kurz
einweichen lassen und zum Trocknen locker aufspan-
nen.

Hilfsmittel



» Häkelnadel zum Zusammenfügen der Dreiecke
» Sicherheitsnadeln

Förderer:

Herzlichen Dank an die Firma
LANA GROSSA –
Wolle und Garne –
für die großzügige Spende.
www.lana-grossa.de


Bleiben Sie mit uns in Kontakt:

mamazone:

 [mamazone_ev](#)
 [mamazone.ev](#)

Melanie Berg:

<https://mairlynd.de>

 [mairlynd](#)

mamazone

mamazone – Frauen & Forschung gegen Brustkrebs e.V.
Wilhelm-Hauff-Str. 34 | 86161 Augsburg

Telefon: 0821 2684191-0 | Fax: 0821 2684191-1

info@mamazone.de | www.mamazone.de

Spendenkonto:
IBAN DE 84 7205 0000 0000 0767 60 | BIC AUGSDE77XXX



»Sei ein Buddy«

Verschenke ein Umarmungstuch mit einer mamazone-Mitgliedschaft

Unsere große Strickaktion für Frauen mit Brustkrebs

mamazone

Strickdesignerin
Melanie Berg
hat das Tuch
entworfen



Foto: Melanie Berg



Verschenke eine Umarmung!

Die Idee für dieses Herzensprojekt stammt von Biggi Welter, Vorstandsmitglied von mamazone:

„Mir wurde so liebevoll geholfen von anderen Frauen – und jetzt verschenken wir mit dem Tuch eine Umarmung, um zu zeigen: Ihr seid nicht allein.“

Strickdesignerin Melanie Berg entwarf das Tuch und sagt:

„Meine eigene Diagnose erhielt ich im Sommer 2021. Liebe und Unterstützung haben mich getragen, und das gebe ich weiter: Sei eine gute Freundin und stricke deine guten Wünsche in das Tuch hinein.“

»Sei ein Buddy« – Verschenke eine Umarmung und Wissen

Mit dem Umarmungstuch hat mamazone bereits Hunderten von Frauen eine bleibende, wärmende Umarmung geschenkt – gestrickt aus hochwertiger Merinowolle von Lana Grossa und liebevoll in vielen Brustzentren überreicht.

Damit dieses Projekt noch persönlicher wird, haben wir es weiterentwickelt:

Sei ein Buddy bedeutet, einer Freundin, Angehörigen oder Patientin direkt zu zeigen: Ich bin an deiner Seite.

Du verschenkst nicht nur ein Tuch, sondern auch ein Jahr mamazone-Mitgliedschaft – mit Beratung, Information und Austausch. Die Mitgliedschaft endet automatisch.

So wird aus einem Tuch ein Geschenk, das Geborgenheit, Wissen und Gemeinschaft verbindet.

Es gibt drei verschiedene Varianten, ein Buddy zu sein!

Du kannst selbst stricken, ein komplettes Paket verschenken oder ein fertiges Tuch weitergeben – wähle die Form, die zu dir passt:

1.

Wolle kaufen & selber stricken

Bestelle die Original-Umarmungstuch-Wolle und stricke nach Lust und Können ein oder mehrere Dreiecke oder ein komplettes Tuch.

Dein Beitrag wird Teil eines Umarmungstuchs, das an eine Patientin verschenkt wird.

2.

Buddy-Paket & Mitgliedschaft

Stricke ein ganzes Tuch selbst und verschenke es mit persönlicher Karte, liebevoll verpackt und inklusive einer einjährigen mamazone-Mitgliedschaft.

Der Preis beträgt 79 € (55 € Mitgliedsbeitrag, 24 € Spende). Die Mitgliedschaft endet automatisch.

79 €

3.

Fertiges Tuch & Mitgliedschaft

Wenn du nicht selbst stricken möchtest, kannst du ein fertiges Tuch inklusive Karte, Verpackung, Versand und einjähriger mamazone-Mitgliedschaft für 79 € (55 € Mitgliedsbeitrag, 24 € Spende) verschenken. Auch hier endet die Mitgliedschaft automatisch.

79 €

Warum mitmachen? Weil jede Masche zählt

Stricken ist mehr als Handarbeit – jede Masche trägt Wärme, Hoffnung und Zuwendung.

Mit dem Buddy-Paket schenkst du nicht nur ein Tuch, sondern auch Wissen, Beratung und Gemeinschaft.

So spürt jede Frau, die ein Umarmungstuch erhält: „Ich bin nicht allein – da sind Menschen, die an mich denken.“

Also
zögere nicht:
Sei ein Buddy –
gemeinsam stark
für Frauen mit
Brustkrebs.

Bestellinfos, Fragen & Kontakt:

Schreibt uns ganz unkompliziert an die Geschäftsstelle:

Per E-Mail:

info@mamazone.de

Per Post:

**mamazone – Frauen & Forschung gegen
Brustkrebs e.V.
Wilhelm-Hauff-Str. 34
86161 Augsburg**

Oder ruft uns einfach an:
Telefon: 0821 2684191-0

Unsere Kolleginnen melden sich gerne und beantworten eure Fragen – wir freuen uns auf eure Nachricht!

