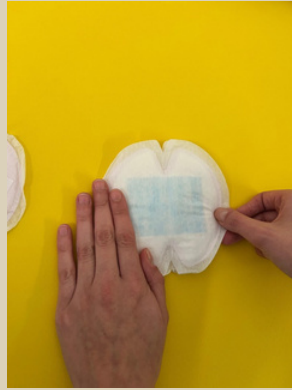


BRUSTDONUTS BASTELN



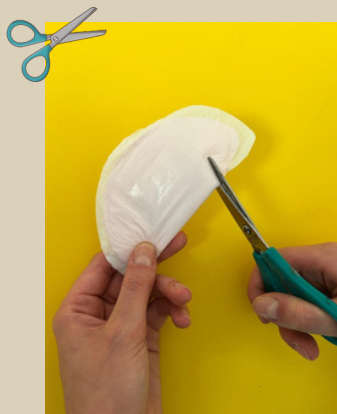
Lege dir mehrere handelsübliche Stilleinlagen bereit.



Platziere mehrere Stilleinlagen übereinander.



Entferne die Klebefolie.



Falte die Stilleinlagen in der Mitte und schneide einen Halbmond in die geschlossene Seite.



Überprüfe, ob das entstandene Loch groß genug ist und falte die Stilleinlagen wieder auseinander.



Umwickle den Donut mit einer Mullbinde, um ihn zu stabilisieren.



DAMIT HAST DU EINEN SCHÜTZENDEN DONUT, DER DIE BRUSTWARZE VOR REIBUNG SCHONT.

