

Kratki ABC nošenja

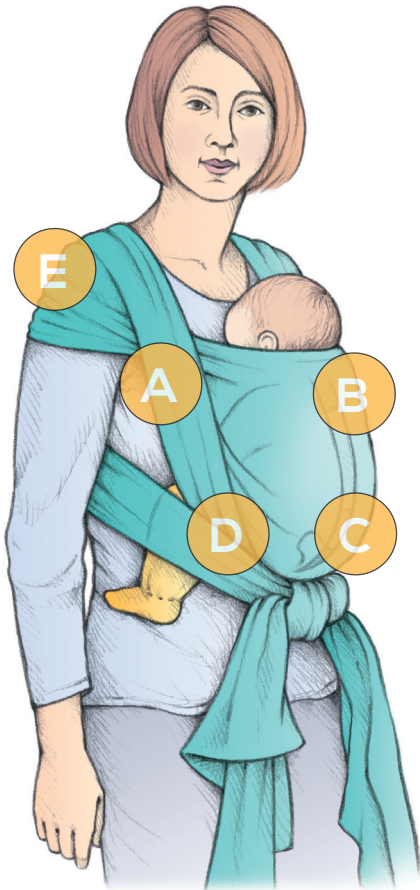


Illustration: Annette Gack

- A** Slobodni respiratorni trakt
- B** Uspravni položaj djeteta
- C** Sigurna podrška tijelu Vaše bebe
- D** Blago razmaknut –čučanjpoložaj
- E** Udobna raspodjela težine

Samotestiranje -za udobno i sigurno nošenje

Uz sljedeća pitanja možete jednostavno provjeriti je li vaše nošenje ispravno:

- Da li beba dobiva dovoljno svježeg zraka? Je li joj nos otkriven?
- Jesu li bebina leđa dobro poduprta i mogu li se lako opustiti/zaokružiti tijekom spavanja?
- Je li beba dobro podržana sa strane i nosim li je u uspravnom položaju?
- Ostaje li beba uz moje tijelo ako se nagnjem naprijed ili nazad?
- Može li bebina glava po potrebi imati točnu potporu, na primjer gornjim rubom marame ili asimetrično pričvršćenim naslonom za glavu?
- Dopire li tkanina marame ili nosiljke do udubljenja djetetovih koljena?
- Mogu li se bebine nožice stopala slobodno kretati?
- Jesu li bebine nožice blago razmaknute u položaju čučnja?
- Imam li obje ruke slobodne? Mogu li se slobodno kretati?
- Mogu li zadržati uspravno držanje?
- Jesu li mi vezovi marame ili nosiljka udobne i nakon duljeg nošenja bebe?

Ako je vaš odgovor na jedno ili više pitanja Ne, pokušajte podesiti prilagodbe nosiljke ili promijeniti vez s maramom.

Želite li personaliziranu podršku i pomoć? Stručne savjete i pomoć pri naštimavanju, radionice o nošenju i druženja na tu temu možete pronaći na

WWW.TRAGENETZWERK.DE