



## Elastický šátek na nošení dětí

*Milí rodiče, rozhodli jste se, že budete své miminko nosit v šátku. Gratuluji Vám, udělali jste správné rozhodnutí, které Váš i Vaše miminko může obohatit o příjemné, veselé a milé zážitky. Nosit je možné neomezeně dlouho, neomezeně často, vždy s přihlédnutím k potřebám miminka. Láskou, nošením a naplněním potřeby kontaktu miminku neublížíte, naopak můžete pomoci miminku „zabydlet“ se na tomto velkém a divokém světě.*

Nabízím Vám pár užitečných typů, pokud s nošením začínáte:

1. **Vhodnost šátku:** vybrali jste si **elastický šátek**, ten je jemný, hebký, příjemný. Je vhodný **od prvních dní** na světě až do doby, než Vám nebo Vašemu miminku **přestane být pohodlný**. Je to individuální – někomu nestačí v 6 kg, někomu se začne prověšovat až v 9kg. Vždy dejte na svůj pocit.
2. **Délka šátku:** u elastických je cca 5m a nerozlišuje se podle výšky postavy
3. **Ergonomická poloha:** u všech šátků je potřeba dbát na ergonomickou polohu miminka. To znamená podpora látky **od kolínka ke kolínku**, možnost zakulatit **zádělka** (obr. 1), přiměřená opora hlavičky, kolínka výše než zadeček (**tvoří písmeno M**, obr. 2). U elastického šátku je potřeba, aby bylo miminko podpořeno všemi **3 vrstvami látky** (vnitřní pruh kříže, zevní pruh kříže a zevní kapsa, obr. 3 – zde nesprávně schované nožičky miminka ☹)



4. **Vhodný typ úvazu:** pro elastický šátek je vhodný **Kříž s kapsou ven**, právě kvůli opoře 3 vrstvami látky.
5. **Výuková videa:** Česky mluvená, pěkně zpracovaná jsou od Haničky Vonzinové, guru českého šátkování např. na Youtube:  
<https://www.youtube.com/watch?v=9plflMyDEQs>
6. **Značky, kvalita, kde koupit, cena:** elastické šátky se pohubují v cenové relaci 1000-1300Kč, přičemž kvalita je téměř stejná. **Vhodné značky jsou Lilipiti, Manduca Sling, Hopedizz, MamEco, Moby.** Bezpečné eshopy jsou potom: isatky.cz, satkomanie.cz, branakdetem.cz, Brána k dětem má i kamenný obchod přímo v Olomouci. Nevhodná je potom značka Womar, Pentelka – nemá elastické vlastnosti!!
7. **Nošení doma:** vhodné upravit oblečení miminka, aby se nepřehřívalo. Pokud máte doma více než 20st, stačí např. body s dlouhým rukávem a na nožky ponožky, jinak se budete hřát vzájemně.
8. **Praktické rady:**
  - Uklidněte se, jinak miminko přejímá vaši nervozitu a pláče
  - Pohupujte se – miminko se tak stimuluje jako u Vás v bříšku
  - Chod'te svižnou chůzí
  - Zpívejte, broukejte, pusťte si hudbu a tančete ☺
  - Běžte ven
  - Pohupujte se na míči
  - Nebud'te moc oblečení
  - Pokud i přes to všechno miminko není spokojené, vyndejte ho z šátku, rozbalte – možná chce jen čůrat...
  - Zkoušejte v dobré náladě Vaší i miminka

*Hodně energie, síly a radosti z nošení*

*Vaše LP*

*Veronika*

