**Czy mama i tata mogą nosić w jednej chuście? Czy każdy musi mieć swoją?**

Jak najbardziej możecie mieć jedną wspólną chustę – rozmiar (długość) chusty dobieramy pod kątem większego rodzica. Jeśli miedzy Wami jest znaczna różnica wymiarów, to czasem warto rozważyć oddzielne chusty, żeby były wygodne w użytkowaniu dla Was obojga.

**Warto nauczyć się już w ciąży na lalce nosić w chuście?**

Najlepiej uczyć się już po porodzie, gdy Wasz maluszek będzie już z Wami. Zależy nam na tym, abyście nauczyli się poprawnie wiązać i pozycjonować swoje własne dziecko, a nie moją lalkę treningową 😊

**Do kiedy można nosić? Czy trzeba zmienić później chustę na nosiło, żeby nie uszkodzić kręgosłupa dziecka?**

Możecie się nosić, ile Wy i Wasze kręgosłupy dacie radę! (Bo dzieci raczej z czasem nie robią się lżejsze 😉)

Co do „narzędzia do noszenia”, to dla noworodków i małych niemowląt pierwszym (i z reguły jedynym słusznym) wyborem powinna być chusta. Później, na bardziej zaawansowanym etapie rozwoju motorycznego dziecka, równie dobrym rozwiązaniem będzie zdrowe, ergonomiczne nosidło. Oczywiście nadal możecie też korzystać z chusty.

Zapraszam do lektury!

<https://m.facebook.com/martasitnikpl/posts/4494923837200929>

**Z jakiego materiału chustę Pan poleca?**

Najważniejsze, aby materiał naturalny i oddychający. Ogromna większość chust wykonana jest w 100% z bawełny, ale możliwe są też różne domieszki – bambus, len, różne rodzaje wełny i jedwabiu, tencel…

**W co ubrać dziecko zimą pod chustę?**

Zajrzyj pod te dwa linki – myślę, że znajdziesz tam sporo przydatnych informacji 😊

Tutaj kilka zdań na ten temat

<https://www.facebook.com/martasitnikpl/posts/4102115386481778>

a tutaj znajdziesz zapis audycji radiowej oraz live w języku angielskim <https://martasitnik.pl/media-i-ja/>