

Agnieszka Feliks-Długosz, certyfikowany doradca noszenia ClauWi

tel. 510237909

mail: feliks.aga@gmail.com

Na zakupy chust i nosideł oraz na warsztaty z chustonoszenia i doboru nosidełek zapraszam do Centrum Noszenia w Krakowie, ul. Bieżanowska 8a.

<https://www.facebook.com/centrumnoszenia>

<https://www.instagram.com/centrum.noszenia/>

https://www.youtube.com/channel/UCqpWnVlqIY_45ytCQR54AQg/videos

www.centrumnoszenia.pl

Bartosz

Jak długo można trzymać dziecko w chuście?

Nie ma sztywnych wytycznych co do czasu jednorazowego noszenia dziecka w chuście. Ale z maluchami często jest tak, że i tak musimy co jakiś czas zmienić pieluszkę czy nakarmić, więc siłą rzeczy musimy je z chusty wyciągnąć. Dzieci mają też różne potrzeby, np. w pierwszych miesiącach tego noszenia pewnie będzie więcej, bo na tym etapie rozwoju dzieci mają bardzo dużą potrzebę bliskości, dotyku. Gdy dziecko rośnie, potrzeba ruchu się zwiększa, więc i noszenia może być mniej, bo maluch chętniej leży na macie. Warto zachować zdrowy rozsądek i dążyć do różnorodności.

Magdalena

Skąd wiemy że dziecku jest wygodnie w nosidle

Dziecku będzie wygodnie, gdy nosidło nie będzie wymuszało na nim złej pozycji, np. nie będzie wymuszało prostowania nóg w kolanach, nie będzie mocno prostować pleców. Warto znać zasady prawidłowego regulowania nosidełka „pod dziecko”. Tym bardziej, że niektóre dzieci mają całkiem dużą tolerancję na układanie ich ciała w nietypowych pozycjach 😊 Na pewno wiemy, kiedy jest niewygodnie – gdy ściska nasz brzuch nóżkami, gdy mocno się wypręża, odpycha, płacze, a wszystkie inne przyczyny takiego zachowania są wyeliminowane (np. nie jest dziecku za gorąco).

Anna

Czy jak nosimy malucha w chuście warto chodzić na konsultacje by sprawdzić czy robimy to dobrze i nie ma złego wpływu na postawę?

Jeśli mamy wątpliwości czy dobrze wiążemy, to jak najbardziej warto się skonsultować z doradcą noszenia. Szczególnie jeśli uczymy się wiązać na podstawie filmików z internetu, które niestety nie zawsze przedstawiają sposób wiązania i pozycję dziecka w prawidłowy sposób.

Joanna

Osoby z bólem pleców lepiej żeby nosiły dziecko w chuście czy nosidle?

Tu jest dużo rzeczy do wzięcia pod uwagę, m.in. przyczyna bólu, etap rozwoju ruchowego dziecka, jego gabaryty. Z pewnością zarówno chusta jak i nosidło odciążą kręgosłup w porównaniu do noszenia na rękach. Warto wspomnieć, że chustę można zawiązać na wiele

sposobów i nie każdy będzie tak samo korzystny dla ciała noszącego. Nosidło pozwoli na dobre przeniesienie ciężaru dziecka na nasze biodra, ale tu z kolei dziecko musi być odpowiednio duże, a nosidło dobrze dobrane i prawidłowo wyregulowane. Najlepiej wypróbować kilka różnych opcji i wybrać tą, która będzie najbardziej optymalna.

Małgorzata

Co lepsze chusta czy nosidło?

Zależy o jak dużym dziecku mówimy. Dla noworodków i małych niemowląt zdecydowanie chusta, bo pozwala ułożyć ciało dziecka w pozycji adekwatnej do tego, jaka ona powinna być na wczesnym etapie rozwoju ruchowego (z nóżkami mocno zgiętymi w stawie biodrowym i niezbyt szeroko odwiedzionymi). Gdy dziecko jest już duże, umie siadać samodzielnie, jest ruchliwe, przewagę powoli zaczyna brać nosidło, ponieważ trzyma formę, jest zszyte, odporne na rozkopywanie się dziecka. Ostatecznie to, które narzędzie będzie lepsze w dużej mierze zależy od subiektywnych odczuć. Znam osoby, które nigdy nie znalazły nosidła, w którym byłoby im równie wygodnie jak w chuście.

Magdalena

Jakie pani poleca nosidła aby łatwo było zapinać z tyłu bo mam z tym problem?

Polecam mój filmik na YouTube, gdzie pokazuję jak sobie ułatwić zapisanie paska

piersiowego 😊 <https://www.youtube.com/watch?v=9efx3cwZyUQ>

A gdyby to nadal nie pomogło, to można spróbować nosidła, które ma pasy naramienne zapinane na klamry (np. Kavka multi age) i zapinać je w taki sposób, aby krzyżowały się na plecach. Albo sięgnąć po model, który ma pasy naramienne wiązane (np. Fidella FlyClick).

Dagmara

Czy po cc można od razu nosić dziecko?

Niezależnie o tego czy poród odbył się przez cesarskie cięcie czy siłami natury należy ocenić swoje samopoczucie zanim weźmiemy się za chustonoszenie. Rana po cc musi się dobrze goić, być sucha. Jeśli mama czuje się dobrze, nie ma przeciwwskazań do noszenia dziecka na rękach, to również w chuście będzie mogła nosić (ale uwaga, nie każde wiązanie polecam w okresie połogu). Dobrze też pamiętać, że ten czas połogu to czas regeneracji organizmu i dać sobie odpocząć, poleżeć 😊

Magdalena

Jak duże dziecko mogę nosić w chuście?

Jakie tylko zechcesz, udźwigniesz i da Ci się złapać :D Chusta jest na tyle uniwersalnym narzędziem, że można w niej nosić zarówno noworodki, jak i naprawdę duże dzieci. Tkanina jest w stanie udźwignąć nawet kilkadziesiąt kilogramów. A prawda jest taka, że z czasem dzieci już wcale nie chcą być noszone, wolą poznawać świat na własnych nogach, na rowerze, hulajnodze.

Joanna

Od kiedy mogę nosić dziecko w nosidełku?

Najbezpieczniejszym momentem na przesiadkę do nosidełka jest czas, kiedy dziecko już umie samodzielnie siadać lub chociaż jest już blisko tej umiejętności. Nosidło ustawia ciało dziecka

w innej pozycji niż chusta, bardziej obciążającej kręgosłup, stąd zalecenia, żeby zacząć je używać z trochę już bardziej dojrzałym dzieckiem. Tak naprawdę to zawsze rodzic decyduje jak będzie nosić. Jeśli nosidło jest potrzebne do noszenia niesiadającego dziecka, to musi być dobrze dobrane i wyregulowane, żeby dać podparcie ciału, nad którym maluch nie ma jeszcze pełnej kontroli. Polecam dobór nosidła pod okiem doradcy w Centrum Noszenia.

Joanna

Gdzie mogę zobaczyć przykłady wiązań?

Zapraszam na FB lub YT Centrum Noszenia (<https://www.facebook.com/centrumnoszenia>), tam można znaleźć filmy i zdjęcia różnych wiązań. Zapraszam też na bezpłatne warsztaty ABC chustonoszenia online, które prowadzę na początku każdego miesiąca. Pokazuję na nich podstawowe wiązania i opowiadam o ich wadach i zaletach, podpowiadam kiedy mogą się najlepiej sprawdzać. Najbliższe już 6 maja o 16:00 (<https://www.facebook.com/events/442913456726007>)

Anna

Która chusta jest łatwiejsza do wiązania na początek – elastyczna czy tkana?

Chusta elastyczna, bo wiążemy ją zanim włożymy do środka dziecko. Ale chusta tkana nie jest dużo trudniejsza, a daje stabilniejsze podparcie ciału dziecka i z pewnością będzie nam służyć dłużej niż elastyczna, bo poniesie więcej kilogramów.

Aga

Czy nauka noszenia w chuście jest trudna?

Jakbym miała o oceniać przez pryzmat rodziców, których do tej pory uczyłam, to musiałabym przyznać, że nie jest trudna. Znakomita większość po dwóch godzinach szkolenia już samodzielnie pięknie wiąże swoje dzieci. Niektórzy nawet uczą się w tym czasie więcej niż jednego wiązania. Rolą doradcy w trakcie takiej nauki jest to, żeby dobrać wiązanie do potrzeb i możliwości rodziny, pokazać różne przydatne tricki, nauczyć korygować pozycję dziecka i dociągnięcie tkaniny. Z pewnością warto podjąć wyzwanie! Wiele razy spotkałam się już ze stwierdzeniem rodziców, że dużo trudniej to wygląda jak się patrzy z boku, a jak się samodzielnie spróbuje, to okazuje się to nie takie straszne.

Aga

Czy nosząc w chuście przyzwyczaję dziecko do noszenia?

Nie, zaspokoisz najbardziej podstawowe potrzeby dziecka – potrzebę bliskości i bezpieczeństwa. Małe dziecko rodzi się przyzwyczajone do noszenia, wszak było noszone przez kilka miesięcy w brzuchu mamy. Warunki w chuście bardzo przypominają te z życia płodowego, dlatego też chustonoszenie tak kojąco działa na dzieci. Z czasem dziecko będzie wymagało coraz mniej noszenia.

Iwona

Jeśli między rodzicami jest spora różnica wzrostu (ponad 20cm) to jaką chustę wybrać?
Chustę dobiera się pod rodzaj wykonywanego wiązania i rozmiar bluzki. Podpowiedź można znaleźć w tabelce: <https://centrumnoszenia.pl/pl/n/6>

Justyna

Czy z materiału chusty można uszyć nosidło?

Tak, chociaż nie każda chusta się dobrze sprawdza w roli nosidła. Najlepiej spytać osoby, które ma doświadczenie w szyciu nosideł czy chusta, którą chcemy przerobić, będzie się nadawała.

Michał

Czy ojciec z brzuszkiem może chustować? Są przeciwwskazania?

Sam brzuszek absolutnie nie jest przeciwwskazaniem. Trzeba po prostu zawiązać dziecko i ocenić pozycję – jak będzie ok, to można się swobodnie tulić w chuście.

Magdalena

Czy przy starszych dzieciach też tak łatwo włożyć w chustę kółkową?

Tak :D

Łukasz

Czy roczne dziecko można nosić w pozycji kangurka?

Można 😊 Roczne dziecko już w zasadzie w każdym rodzaju wiązania możemy nosić.

Magdalena

Bardzo dużo informacji 😊 Proszę o pomoc przy dobraniu pierwszej chusty. Mąż ma 183cm, jaki materiał? może można kupić chustę u Pani?

Tak jak pisałam kilka akapitów wyżej, wzrost to nie jedyna rzecz, która wpływa na wybór rozmiaru chusty. Jeśli jeszcze nie wiecie jakie wiązanie będziecie robić, to proponuję brać rozmiar chusty „pod kieszonkę”, najczęściej wystarcza wtedy 4,6. Jeśli wybieriecie chustę kółkową, to 2m na pewno będą ok, tu długość ogona nie będzie problematyczna. A jeśli planujecie szkolenie po okiem doradcy noszenia, to nie musicie mieć swojej chusty wcześniej. Na szkoleniu będziecie wiązać chusty treningowe, wypróbujecie sobie różne i dzięki temu już będziecie wiedzieć na 100% jaka chusta będzie dla Was najlepsza.