



Marama za nošenje beba

Uputstvo za upotrebu



HUG
BUG



Hvala

što ste kupili Hug Bug maramu za nošenje beba.

Nas dve smo, tragajući za onim što naše bebe čini zadovoljnim i spokojnim, a nama omogućava da smo aktivne i uživamo u roditeljstvu, pronašle Hug Bug maramu.

Mame i tate koji je koriste namjavljaju da su izuzetno zadovoljni: koriste Hug Bug dok obavljaju kućne poslove, u kupovini, tokom šetnje, izleta, na zimovanjima, letovanjima, dok se igraju sa svojom starijom decem i tome slično.

Radujemo se svakom vašem pismu, komentaru, fotografiji gde ste sa bebom u Hug Bug akciji ili slučajnom susretu u šetnji.

Uživajte u svom Hug Bug-u!

Srdačno,
Nataša i Jelena,
dve mame



Sadržaj

Umotavanje stomaka u trudnoći



Vezivanje Hug Bug marame



Poza „Dobrodošla, bebo!”
Za novorođene bebe sa pokrivenim nogicama



Poza „Dobrodošla, bebo!”
Za novorođene bebe sa otkrivenim nogicama



Poza „Grlim te!”
Za bebe starje od 3 meseca



Poza „Volim te, svetel!”
Kad žele sve da vide



Važni saveti o sigurnosti



Umotavanje stomaka

Ukoliko ste veoma aktivna (buduća) mama ili „nisko nosite“ svoju bebu što može da stvara fizičku neugodnost, umotavanje stomaka će vam olakšati svakodnevno funkcionisanje i ublažiti - ili potpuno sprečiti - osećaj nelagode u stomaku, donjem delu leđa ili kukovima. Neka vam **HUG BUG** bude od velike koristi već tokom trudnoće!



Raširite maramu preko stomaka tako da vam Hug Bug logo stoji na sredini.



Ukrstite maramu iza leđa.



Podignite krajeve marame iza gore i prebacite ih preko ramena, pritom pazeci da se marama ne uvrne.



Povlačite krake marame unapred tako da odredite čvrstinu vezivanja koja vam najviše prija.



Krajeve marame koji idu preko ramena potom provucite ispod pauha, a zatim ih ukrstite iza leđa.



Sada na ledima imate dva slova X jedan ispod drugog; za vašu udobnost je važno da se marama ne uvrće prilikom vezivanja.



Jedan krak marame smestite napred između nogu, a drugi raširite preko donjeg dela stomaka za potporu.



Krak marame koji ste upravo raširili preko stomaka smestite između nogu otpozadi, a drugi krak marame raširite preko donjeg dela stomaka za dodatnu potporu i udobnost.



Maramu vežite iza leđa duplim čvorom.



Spremna za akciju!

Vezivanje HUG BUG marame

Materijal od kog je napravljena marama je rastegljiv, pa nije potrebno da ostavljate dodatni „prostor“ za smeštanje bebe u maramu. Materijal treba da bude pripojen uz telo kada vezujete maramu, ali ne i da vas steže. Ako marama visi sa vašeg tela, nije dobro vezana. Nastojte da ne uvrćete tkaninu dok vezujete Hug Bug.



POZA „DOBRODOŠLA, BEBO!“ za novorodene bebe sa pokrivenim nogicama

Beba od rođenja može da se nosi u Hug Bug marami. Ukoliko je beba rođena tokom jeseni ili zime i idete u šetnje napolju, preporučujemo da je nosite u ovoj pozici, da joj nogice budu pokrivenе za dodatno utopljavanje.

Napomena: Ovo je položaj samo za novorođenčad. Starije bebe se nose raširenih nogu. Pogledajte uputstvo za bebe starije od 3 meseca.

Beba Ivo i mama Jovana



Spustite deo marame sa loogom na donji stomak, a spoljni deo marame koji ide preko vašeg ramena spustite na kuk.

Smestite bebu na rame sa kojeg ste spustili maramu.

Pažljivo spustite bebu u maramu nogica i rukica skupljenih u položaju fetusa (kako ih prirodno drži, u M položaju) i raširite maramu preko cele bebe. Pogledajte napomene o sigurnosti.



Podignite spušteni deo marame preko drugog ramena. Pridržavajte bebi glavicu prilikom nameštanja marame.

Raširite deo marame koji ide preko drugog ramena preko bebinih nogu, guze i leđa.

Podignite sa kukova deo marame sa loogom i raširite ga preko bebe.



Kada vam beba zaspí u ovoj pozici u Hug Bug marami, pokrijte joj glavicu delom marame koji vam ide preko ramena, a lice ostavite otvoreno da bi mogla slobodno da diše.

Beba je spokojna, povezana sa mamom, a mami ruke slobodne za akcije i nove avanture!

POZA „DOBRODOŠLA, BEBO!“ za novorođene bebe sa otkrivtenim nogicama

Beba od rođenja može da se nosi u Hug Bug marami. Neke bebe žele da im nogice budu otkrivene, negoduju kada su pokrivenе, guraju maramu ili im je vruće i u tom slučaju preporučujemo ovakav način nošenja.



Napomena: Ovo je položaj samo za novorođenčad. Starije bebe se nose raširenilih nogu. Pogledajte uputstvo za bebe starije od 3 meseca.

1



Spustite deo marame sa logoom dole. Bebu ćete smestiti u deo marame koji ide preko vašeg ramena i bliži je vašem telu. Zato bebu podignite visoko na suprotno rame.



Pažljivo smestite jednu njenu nogu i ruku kroz deo marame koji ide preko vašeg ramena i to u onaj deo koji je bliži vašem telu.



Raširite i drugi sloj materijala preko bebine guze, leda i ramena. Što više raširite materijal, to će bebi biti udobnije.



Raširite sloj materijala sa logoom pokrivači bebini guzu i leda, a noge joj ostavite otkrivene.



Smestite i drugu bebinu nogu i ruku u deo marame koji ide preko vašeg drugog ramena.



Postarajte se da su bebine nogice u M položaju: da je nivo kolena iznad nivoa kuka. Ovo je prirodan položaj nogu kod novorođenčadi.



Vaša beba treba uvek da je u marami postavljena tako da možete da je poljubite u vrh glavice bez naprezanja. U svakom trenutku bi trebalo da možete da vidite bebino lice i da njeni disajni putevi budu slobodni.



Raširite materijal preko bebine guze, leda i ramena. **Napomena:** Bebi pridržavajte glavicu ili joj pokrijte teme maramom ukoliko spava.



Povucite deo marame sa Hug Bug logoom preko bebinih nogu i leda.



Kada beba zaspri u Hug Bug marami, glava i vrat treba da budu ispod dela marame koji ide preko jednog od vaših ramena za podršku, a lice otkriveno tako da beba slobodno diše.

POZA „GRLIM TE!” - za bebe starije od 3 meseca

Uvodi se kada beba ima odličnu kontrolu glave i gornjeg dela tela i kada je ojačala.

Napomena: Preporučujemo da nosite svoju bebu u ovoj poziciji dok želi da se nosi u marami, jer je ovo najpovoljniji i najudobniji položaj i za bebu i za onoga ko je nosi.



Beba Stefan i
mama Marina



1 Bebu najpre smeštate u deo marame koji ide preko vašeg ramena i bliži je vašem telu.
Bebu podignite visoko na suprotno rame.

2 Smestite jednu njenu nogu i ruku kroz deo Hug Bug marame koji ide preko vašeg ramena i to u onaj deo koji je bliži vašem telu.

3 Raširite materijal preko bebine guze, leđa i ramena. Što više raširite materijal, to će bebi biti udobnije.



4 Smestite i drugu bebinu nogu i ruku u deo marame koji ide preko vašeg drugog ramena.



5 Raširite i drugi sloj materijala preko bebine guze, leđa i ramena.



6 Proverite da li su oba sloja materijala raširena od jednog do drugog bebinog kolena za adekvatnu podršku, i postaraјte se da su bebine nogice u M položaju: da je nivo kolena iznad nivoa kuka.



7 Prebacite sloj materijala sa logoom preko bebine guze i leđa za dodatnu sigurnost i potporu.



8 Raširite sloj materijala sa logoom pokrivajući bebinu guzu i leđa, dok joj potkoljenice ostavite otvorene.



9 Spremni za šetnju i uživanje!

POZA „VOLIM TE, SVETE!” - nošenje na boku za bebe koje žele sve da vide

Uvodi se kada beba ima odličnu kontrolu glave i gornjeg dela tela (sa oko 5+ meseci), samo ako beba insistira da gleda unapred. Inače nastavite da nosite bebu u „Grlim te!” poziciju koja je najudobnija i za vas i za vašu bebu.



1



Bebu ćete nositi na onoj strani na kojoj se nalazi deo marame koji ide preko ramena i bliži je vašem telu. Na slici je mami Marini krak marame preko levog ramena bliži telu, pa će na levom boku nositi sina Stefana. U skladu sa tim vežite maramu. Namestite maramu tako da X (ukrštanje) koji ona pravi pomerite sa sredine tela na bok.



2



Stavite jednu bebinu nogu kroz deo marame koji ide preko vašeg ramena, a koji je bliži vašem telu, tako da beba opkoraci vaš bok.



3



Raširite maramu preko bebine guze i leđa.



4



Stavite drugu bebinu nogu kroz drugi krak marame.



5



Raširite sloj marame preko bebinih nogu, guze i leđa. Raširite obe obale materijala od jednog do drugog kolena tako da su bebine butine i cela leđa pokriveni.



6



Provucite obe bebine noge kroz srednji deo marame na kome se nalazi Hug Bug logo i zatim taj deo marame prevucite preko bebinih leđa i ramena.



7



Beba bi trebalo da udobno sedi na vašem boku.



U ovom položaju beba može da razgleda okruženje, a da je i dalje u položaju koji je udoban i za nju i za vas i bezbedan za bebin razvoj.

Bebe stare između tri i četiri meseca počinju da uočavaju kontraste i razaznaju boje što im omogućava da lakše prepoznaju predmete, i pokazuju veliko interesovanje da istražuju svet oko sebe. Tada neke bebe negoduju ako ih okrenete ka sebi. Roditelji su prirodno skloni da u ovakvim situacijama svoje bebe nose u marami tako da budu okrenute ka spolja. Međutim, ovo može da ugrozi kukove i kićmu bebe, čiji prirodnji razvoj je najvažniji za prohodavanje, kao i kićmu onoga ko nosi bebu. Ne preporučuje se nošenje beba okrenutih unapred. Za više detalja pogledajte:

www.hug-bug.com/nosenje-unapred.html



VAŽNI SAVETI O SIGURNOSTI

Pre vezivanja, pregledajte maramu da nema fizičkih oštećenja, jer pocepana marama ne može bezbedno da se koristi.

Možda će biti potrebno da nekoliko puta vežete maramu i smestite bebu u nju dok ne shvatite koliko čvrsto treba da je vežete za maksimalnu udobnost vas i vaše bebe.

Preporučujemo da u početku vezujete Hug Bug i smeštate bebu u nju ispred većeg ogledala, kako biste je dobro i simetrično namestili.



Ukoliko osećate da je potrebno da pridržavate bebu dok je u marami - zategnite maramu dodatno. Ako osetite da vam beba „tone” u marami dok se krećete - takođe je dodatno zategnite. Kroz vreme, kako vam beba bude rasla, pod povećanom bebinom težinom će se marama više istezati jer sadrži elastin. Pratite svoj osećaj prilikom vezivanja marame kako vam beba raste.

Postarajte se da vaša beba bude sita i naspavana kada je prvi put budete smeštali u Hug Bug. Ako primetite da joj nešto ne prija, izvadite je iz marame i probajte ponovo kasnije.



Vaša beba treba uvek da je u marami postavljena tako da možete da je poljubite u vrh glavice bez naprezanja. Ukoliko beba „tone” u marami, marama nije dovoljno čvrsto vezana. Ukoliko je beba previše nisko postavljena u marami, njeno disanje može biti otežano.

Kada dojite bebu u Hug Bug marami, vodite računa da između vas i bebe ima dovoljno prostora. Postarajte se da joj vaša dojka ne pritiska nosić.



Kada vam beba zaspri u marami, pokrijte joj glavicu delom marame koji vam ide preko ramena, a lice ostavite otvoreno da bi mogla slobodno da diše.

Ukoliko svoju novorođenu bebu nosite tako da su joj nogice pokrivene, u jednom trenutku – kako raste – beba će početi da negoduje tako što ispravlja nogice ili slično. Tada je nosite tako da su joj nogice otkrivene.

Postarajte se da su bebine nogice u M položaju: daje nivo kolena iznad novoga kuka. M položaj podržava pravilan razvoj bebinih kukova. Ovo je prirođen položaj nogu kod novorođenčadi (položaj žabice), te ih ne treba posebno nameštati.

Bebe stare između tri i četiri meseca počinju da razaznaju boje i pokazuju veliko interesovanje da istražuju svet oko sebe. Tada neke bebe negoduju kada su okrenute prema vama i možda dodete u iskušenje da bebu nosite okrenutu unapred.



Ne preporučuje se nošenje beba okrenutih unapred iz više razloga: bebine noge vise, a bebini kukovi i kićma nemaju podršku, veće je opterećenje na vašu kićmu i više ćete se izvijati u pokušaju da ostanete uspravni, pravi se veći pritisak na prepone bebe (nezgodno za dečake), može doći do prevelike stimulacije bebe od spoljašnjih nadražaja, nema podrške za bebin vrat i glavicu i tako dalje. Za više detalja pogledajte:

www.hug-bug.com/nosenje-unapred.html



Kada vaša beba malo poraste i želi više da istražuje svet oko sebe, smestite je u položaj sa strane, tj. na vašem boku. Ukoliko vaša beba ne insistira da gleda unapred nastavite da je nosite okrenutu ka sebi u položaju „Grlim tel“ jer je to najpovoljniji i najudobniji položaj i za bebu i za onoga ko je nosi.

Kada je potrebno da dohvate nešto sa poda, radite čučnите umesto da se savijete, i obavezno pridržavajte bebu.

Pazite na sve ono što je bebi na dohvat ruke; starije bebe vas mogu iznenaditi svojom hitrošću: lako im je da izvuku ruke i dohvate neki oštar predmet, otrovne materije i slično.

Oblačite se u skladu sa vremenskim prilikama. Leti i vi i beba treba da ste lagano obučeni (beba u marami može da bude samo u pelenama). Zimi oblačite i sebe i bebu u slojevima. Pogledajte jednu od mogućnosti za nošenje u marami po hladnom vremenu:

www.hug-bug.com/hladno-vreme.html



Hug Bug je proizvod napravljen od dugačkog parčeta tkanine, bez kopči, dugmića i drugih delova koji bi mogli da se polome ili pokvare. Da biste vi i vaša beba potpuno uživali uz vaš Hug Bug postarajte se da dobro i čvrsto vežete maramu prateći uputstva i važne savete o sigurnosti.

Hug Bug marama je napravljena da vam pomogne u nošenju bebe i ne bi trebalo da se koristi u druge svrhe, npr. marama nije zamena za sedište za automobil. Sve što ne biste radili u trudnoći, nemojte raditi ni dok nosite bebu u marami. Aktivnosti koje zahtevaju sigurnosnu opremu (planinarenje, skijanje, vožnja bicikla, klizanje), čišćenje jakim hemikalijama, kuvanje hrane i slično ne treba da se obavljaju dok je beba u marami.



Roditelji su u krajnjoj liniji odgovorni za bezbednost svoje dece u marami.

Molimo vas da pročitate i detaljnije informacije o nošenju bebe u Hug Bug marami i merama predostrožnosti na:

www.hug-bug.com/sigurnost.html





f DVEMAME

HUG-BUG.COM
DVEMAME.COM

