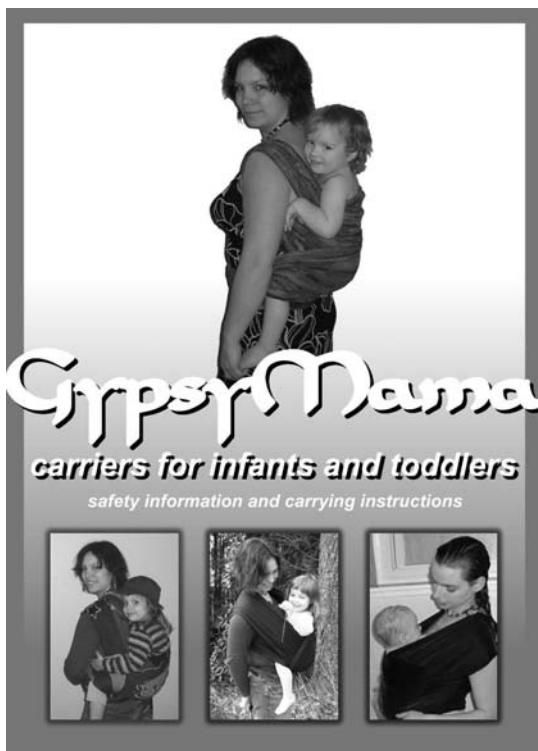


Немного об этой инструкции



Мы очень рады что вы приобрели слинг-шарф американской компании Gypsymama! Ношение Вашего ребенка в слинге очень удобно и полезно для вас обоих, и мы надеемся что вскоре Вы поймете, что слинг делает материнство намного более приятным, счастливым и удобным. Перед использованием слига пожалуйста ознакомьтесь с данной инструкцией по безопасному слингоношению.

Данная инструкция описывает всего лишь несколько способов использования слинга. Когда Вы научитесь безопасно и уверенно привязывать ребенка к себе, Вы сможете начать экспериментировать с другими положениями. Когда Вы будете готовы попробовать новый

способ ношения, обязательно попросите кого-нибудь подстраховать Вас и Вашего ребенка, пока Вы не научитесь уверенно привязывать ребенка к себе данным способом. На интернете есть множество сайтов посвященных слингоношению, где приведены много способов намотки слингов-шарфов.

Данная инструкция указывает, какие шарфы можно применять в каждом описанном положении из-за особенностей ткани и конструкции различных моделей. Внимательно прочитайте инструкцию и используйте только те положения, которые предназначены для приобретенного Вами слинга.

В описаниях ношения на спине приведены три разных способа посадки ребенка на спину, идеи для кормления грудью или методы ношения двоих детей одновременно. Все это возможно - главное набраться терпения и вскоре все получится!

С наилучшими пожеланиями,

Kristi Hayes

Основатель компании Gypsymama, LLC.

Техника безопасности ношения в слинге Gypsy Mama

При ношении Вашего ребенка в слинге, используйте здравый смысл! Если Вам кажется, что Ваш ребенку не удобно или он недостаточно крепко привязан, развяжите шарф и начните сначала. Безопасность Вашего ребенка - Ваша ответственность, и Вы должны прислушиваться к ребенку и его нуждам во время использования слинга.

Как и любое другое дело, ношение ребенка в слинге требует опыта и терпения. Вот список правил которые помогут Вам в процессе обучения:

- Проверяйте шарф перед каждым использованием; убедитесь, что в нем нет дефектов и признаков износа. Слинги Gypsy Mama предназначены для ношения детей до 15-18 кг (3-4 лет), при наличии взаимного интереса к ношению у взрослого и ребенка.
- При остановке на улице, чтобы поправить или перевязать шарф, останавливайтесь в безопасном месте, а не на проезжей части или в центре оживленной толпы.
- Убедитесь, что концы шарфа не свисают слишком низко. Если концы получились слишком длинными, завяжите их вокруг себя еще раз или заправьте их.
- Во время ношения внимательно следите за тем, чтобы ребенок не ударился головой об открытые дверцы мебели, косяк двери, и т.д., особенно когда ребенок находится у вас на бедре или на спине.
- Доверяйте внутреннему голосу. Если вы чувствуете что ребенок не привязан к вам достаточно безопасно, развяжите шарф и начните сначала.
- Еще раз перечитайте инструкции. Попросите более опытную в слингоношении маму показать вам на практике, как нужно завязывать шарф.
- Если Вы решили попробовать новое положение, позовите другого взрослого, чтобы он/она мог при необходимости Вас подстраховать. Пусть он/она посмотрит как завязан шарф и поможет Вам определить правильно ли Вы его завязали. Ваш помощник также сможет оценить со стороны безопасность ребенка в завязанном Вами слинге.
- Не закрывайте голову ребенка пеленкой или другим куском ткани. Убедитесь, что дыхательные пути ребенка ничем не перекрыты, и он может свободно дышать.
- Не сажайте малыша в неудобные или неестественные для него положения. Детские дыхательные пути настолько узки, что возможно перекрыть доступ кислорода если его подбородок будет слишком прижат к груди. Прислушивайтесь к дыханию ребенка и носите его в

положениях, которые максимально приближены к ношению на руках. Это становится особенно актуально, когда вы носите ребенка в положении креста в колыбели.

- Пользуйтесь зеркалами чтобы периодически провериить положение ребенка в слинге.
- НЕ НОСИТЕ РЕБЕНКА В СЛИНГЕ во время приготовления еды, кошения газонов газонокосилкой, в состоянии опьянения или в других условиях в которых вы не стали бы носить ребенка на руках.

Доверьтесь здравому смыслу. Невозможно перечислить и предусмотреть все потенциально опасные ситуации которые могут возникнуть при бездумном или неосторожном ношении ребенка. Помните, что Вы в ответе за детскую безопасность, и будьте осторожны при ношении Вашего малыша.



Положения ношения впереди

Простой крест

Подходит для: *Bali Breeze, Bali Stretch, Water Wrap*

1. Найдите у шарфа середину и держа обоими руками за верхний край, приложите к спине так, чтобы шарф был расправлен.



2. Закиньте слинг от левого бедра через правое плечо, а ткань от правого бедра через левое плечо. Таким образом на груди образуется "крест", в который Вы посадите ребенка, а концы слинга будут свешиваться у Вас за спиной.



3. Перекрестите полотнища слинга за спиной, следя за тем, чтобы ткань не перекручивалась. Завяжите концы шарфа на узел на животе или на бедре, оставив крест на груди немного расслабленным, чтобы туда поместился малыш.



4. Поднимите малыша и осторожно опустите по очереди его ножки, сначала одну в нижний, потом другую в верхний крест. Полностью расправьте крест под попкой ребенка (от одной коленки до другой).



5. Ножки младенцев могут быть полностью заправлены в шарф; ножки детей постарше будут свешиваться по обе стороны от креста. Ножки малыша должны быть были широко разведены, он как бы обнимает маму за талию коленками, как в положении "лягушка"). Руки могут быть заправлены в шарф или вытащены наружу. Ткань на плечах можно оставить расправленной или собрать в складки.



Крест на бедре

Подходит для: *Bali Breeze, Bali Stretch, Water Wrap*



1. Определите у slinga-шарфа середину и согните его пополам по длине slinga. Центр шарфа должен находиться прямо по центру или немного сзади плечевого сустава.

2. Проведите переднее полотнище slinga к противоположному бедру. Обведите ткань slinga вокруг

талии сзади и выведите вперед, на уровне живота.



3. Прodelайте то же самое с задним полотнищем slinga, проведя его к противоположному бедру, назад и вперед. Оставьте достаточно место для того, чтобы посадить в крест ребенка, затем завяжите шарф на узел, заправив излишнюю ткань.

4. Посадите малыша в образовавшийся на бедре крест так, чтобы одна его ножка вошла в переднюю, а другая в заднюю часть креста, а перекрестие поддерживало

его снизу. Аккуратно расправьте обе половины креста под попкой малыша от коленки до коленки и на его спинке.



5. Другая вариация для малышей помладше - можно положить его более горизонтально в переднюю часть креста, как показано на фотографии. Убедитесь в том, что ребенок безопасно расположен в slinge и что между его грудкой и подбородком достаточное расстояние (минимум шириной в большой палец).



Крест над карманом

Подходит для: Bali Breeze, Bali Stretch, Water Wrap

1. Определите у шарфа середину, держа его перед собой. Возьмите верхний край слинга в вытянутую от себя левую руку.

2. Проведите полотнище слинга под мышкой и закиньте его за спину на противоположное плечо. Проделайте то же самое с другим полотнищем слинга,



проведя ткань правой рукой за спину и на противоположное плечо, чтобы оба конца свисали спереди.



3. Спереди у Вас образовался так называемый "карман", а сзади - крест. Поднимите малыша на плечо и осторожно опустите его в "карман". Ножки малыша должны быть широко разведены и должны как бы обнимать Вас коленками за талию. Расправьте ткань от коленок до подмышек ребенка, до шеи у совсем маленьких детей.

4. Когда ткань хорошо расправлена и вес ребенка равномерно распределен, возьмите один из концов слинга и проведите его под попку и под ножку малыша. Второй конец также подтяните и проведите накрест под попой и ножкой малыша. Помните, что до тех пор пока Вы не завязали концы шарфа на крепкий узел, Вам необходимо придерживать ребенка, чтобы он не выпал из слинга.



5. Возьмите концы слинга, выведите за спину и завяжите на крепкий двойной узел. Если ребенок сидит слишком низко, Вы можете подтянуть оба конца слинга и подпрыгнуть раз-другой, перед тем как завязать шарф на узел. Ножки и ручки ребенка можно заправить в шарф (если он еще совсем маленький или хочет спать) или оставить наружи.

Положения ношения впереди

Рюкзак на спине или Тибетский крест

Подходит для: Bali Breeze, Bali Stretch (соблюдайте дополнительную осторожность с Bali Stretch)



1. Разложите слинг на кровати, диване или кресле. Положите малыша на расправленный шарф, расправив ткань от коленок до подмышек, или с маленькими малышами, до шеи. Соберите ткань вокруг ребенка, образовав вокруг него своеобразный уютный "мешочек".

2. Свободной рукой поддержите спинку и попку ребенка, осторожно поместите его на плечо и поверните его так, что он устроен на Ваших плечах/спине, и оба конца слинга свешиваются впереди.



3. Продолжайте поддерживать малыша, пока Вы расправляете ткань под его попкой. Проверьте, что ткань расправлена от коленок до подмышек ребенка, или до шеи для совсем маленький детей, и подтяните края и центр слинга чтобы он был хорошо натянут. Когда слинг полностью расправлен, встаньте и, придерживая края ткани обоими руками, устройте малыша в образовавшийся карман (как в гамаке).

4. Теперь проведите оба конца слинга подмышками и за спину. Скрестите концы под попой ребенка (не слишком туго, чтобы не передавить кровообращение).



5а. Для положения "рюкзак", завяжите концы на тугий узел на талии.

5б. Для положения "тибетский крест", зажмите один из концов слинга между коленями, а второй хорошо подтяните и закиньте под рукой и к другому плечу, затем проведите под "лямку" шарфа на этом плече (петлей).



6. Прделайте тоже самое с другой стороной шарфа и завяжите концы на груди.

7. Головка малыша может лежать на Вашей шее, или ниже, между лопатками.



В стиле "Ребозо" на спине

Подходит для: *Bali Breeze, Bali Stretch* (соблюдайте дополнительную осторожность с *Bali Stretch*)



1. Найдите центр slingа и положите slingа на диван. Посадите ребенка на slingа, расправив его на ребенке от коленок до плечей или выше.

2. Встаньте на колени, присядьте перед ребенком, возьмите slingа обеими руками под руки, и плотно притяните его к спине. Крепко возьмите оба конца slingа в одну руку и, поддерживая малыша свободной рукой, встаньте.



3. Возьмите концы slingа обеими руками и крепко зажмите один конец между коленками. Конец, который находится у Вас в руках должен быть натянут на спине малыша и должен проходить у Вас под мышками. Держите ткань расправленной и проведите ее вперед, под противоположную руку и назад. Достаньте верхний конец slingа и расправьте его на спине ребенка.

4. Снова проведите slingа под рукой и подпрыгните, чтобы притянуть его поплотнее к себе.



5. Повторите тоже самое с другим концом. Завяжите на поясе двойным узлом. Края slingа можно подогнуть.

Вариация "Креста на спине"

Подходит для: Bali Breeze, Bali Stretch (соблюдайте дополнительную осторожность с Bali Stretch)



1. Найдите середину слинга и расправьте его на спине ребенка, посадив его на бедро. Посадите его еще ближе к спине, под мышкой, при этом не двигая слинга, и передвиньте малыша на спину.

2. Проведите оба конца шарфа вперед, под мышками, придерживая ребенка одной рукой.

Зажмите правый конец шарфа между коленями. Хорошо расправьте шарф на спине ребенка, затем отпустите его,

крепко держа другой конец слинга. Проведите слинг "крестом" от левого бедра до правого плеча, и обведите им руку, образовав таким образом своеобразный "рукав". Возьмите низ слинга правой рукой.



3. Придерживая низ слинга, достаньте верхний край слинга сзади ЛЕВОЙ рукой, мягко притягивая его через плечо и через спину малыша. Когда слинг хорошо расправлен, проведите его под левой ножкой ребенка, образуя таким образом уютное "сидалище". Повторите на другой стороне, как показано на фотографии, хорошо расправив шарф до подмышек ребенка.



4. В этом положении важно хорошо и плотно расправить слинг, особенно верхние края. Попросите кого-нибудь помочь вам заправить ручки ребенка внутрь шарфа, если ему так будет более уютно.



Кормление грудью в слинге-шарфе

Данные фотографии иллюстрируют несколько положений, в которых мама может кормить малыша грудью, оставляя свободными руки. Более легко и удобно кормить в слинге можно в одежде, специально предназначенной для кормления.



Кормление в "кармане" в положении крест на боку



Кормление более старшего ребенка в простом кресте



Кормление в кресте над карманом