

**DZIECI NOSZONE W CHUSTACH SĄ SPOKOJNIEJSZE I LEPIEJ SIĘ ROZWIJAJĄ. RODZICE MAJĄ LEPSZY KONTAKT Z POCIECHAMI I ZAWSZE WOLNE RĘCE – PRZEKONUJE KLUB KANGURA**

# Moda na motanie

## klub kangura

Kluby Kangura to spotkania rodziców, którzy noszą swoje dzieci w chustach oraz osób zainteresowanych tematem świadomego rodzicielstwa. Działają m.in. w Bielsku-Białej, Cieszynie, Chorzowie, Tarnowskich Górach, Warszawie, Wrocławiu. Członkowie klubów promują ideę noszenia dzieci, pokazują jak bezpiecznie wiązać chusty i je używać, przybliżają tradycje noszenia w Polsce i na świecie. Rodzice mogą przymierzyć sobie i dziecko do chusty, zobaczyć różne rodzaje chust i nosideł, wypróbować różne techniki noszenia i znaleźć odpowiednią dla siebie. W czasie spotkań można też porozmawiać na tematy związane z wychowywaniem i pielęgnacją dzieci.

MOJA CÓRECZKA JEST SPOKOJNA, MAŁO PŁACZE, CAŁY CZAS JEST BLISKO MNIE, CZUJE BICIE MOJEGO SERCA. TO JĄ USPOKAJA. W CZASIE, KIEDY INNE MALUCHY PŁACZĄ, MOJA ZUZIA MOŻE SIĘ UCZYĆ I POZNAWAĆ ŚWIAT – MÓWI SABINA STANISZEWSKA.

Beata Kurek

b.kurek@twojetychy.pl

Pani Sabina, podobnie jak inni rodzice zrzeszeni w Klubie Kangura, nosi swoją córeczkę w chustce. – Włożyłam Zuzię do chusty gdy skończyła dwa tygodnie. Teraz ma 14 miesięcy. I cały czas ją noszę. Nie wyobrażam sobie, by moje dziecko miało leżeć w łóżeczku, samotnie, opuszczone – mówi. – W naszym kraju panuje dziwny zwyczaj separacji dzieci od matek. Tymczasem na całym świecie dzieci nosi się w chustach, to całkowicie naturalny sposób. Dziecko jest wyciszone, cały czas czuje bliskość mamy. Gdy jest malutkie – spokojnie sobie śpi. A starszak może się rozglądać, swobodnie poruszać rączkami, nóżkami, odchyłać się i zerkać, poznawać świat z perspektywy rodzica. Dziecko w prawidłowo zawiązanej chustce nie jest skrupowane, jest też całkowicie bezpieczne. Na pewno nie wypadnie – uspokaja pani Sabina.

### Do sklepu i w domu

Chusta jest bardzo wygodna – tak dla dziecka, jak i dla mamy.

Wysokie krawężniki nie stanowią problemu, podobnie wąskie przejścia, robienie zakupów i poruszanie się między sklepowymi półkami, schody, ciasne windy, podróże autobusem... – Mama ma cały czas wolne ręce. Na dodatek, środek ciężkości jest tak rozłożony, że nie czujemy, że nosimy dziecko. Mamy raczej wrażenie, że to nam przybyło kilka kilogramów więcej – śmieje się pani Sabina. – Chusta równo rozkłada ciężar dziecka na ramiona rodzica. Małe dzieci nosimy z przodu, na brzuchu i biodrze, starsze na plecach. W chustce możemy nosić nawet trzylatkę. Znam też



W miniony piątek do Miejskiej Biblioteki Publicznej przyjechały mamy zrzeszone w bielskim Klubie Kangura. W czasie spotkania pokazywały, jak wiązać chusty. Na zdjęciu Beata Nowak (z lewej) z 4-miesięczną Anią, uczy Alinę Solik, mamę 15-tygodniowego Karolka, zawiązać chustę kieszonkę.

rodziców, którzy mają cztero-, pięcioletnie dzieci, chore, z niedowładem kończyn, i też noszą je w chustach.

### Zrób to sam...

Chustę można kupić w sklepie albo przez internet, wybór jest ogromny. Te sklepowe są wykonane z wytrzymałych materiałów, tkane skośnokrzyżowo, dzięki czemu chusta odpowiednio pracuje, układa się, dziecko się nie poci. Za taki sprzęt trzeba jednak sporo zapłacić, nawet 400 złotych.

Ale chustę można też zrobić samemu – wystarczy bawełniana, przewiewna tkanina o wymiarach 5 metrów na 70 centymetrów. Można ją nosić na kilka sposobów – przez jedno ramię lub na dwa ramiona, dziecko można układać przodem do siebie, na brzuchu rodzica, na jego biodrze albo plecach.

### Początki skomplikowane...

Sposobów wiązania chust jest kilka, wszystkie jednak wy-

magają trochę wprawy, a na początku pomocy jeszcze jednej osoby. W ramce obok prezentujemy jedną z metod motania – tzw. kieszonkę.

By chusta służyła dobrze i nam, i dziecku, trzeba pamiętać o kilku podstawowych zasadach:

- musi być zawiązana ciasno, tak, by nie trzeba było podtrzymywać dziecka rękami,
- musi być dostatecznie dociągnięta – maluch powinien być przytulony do rodzica, między dzieckiem i mamą nie może być wolnej przestrzeni, tylko wtedy chusta utrzymuje naturalną krzywiznę rosnącego kręgosłupka,
- kolanka dziecka powinny znajdować się na wysokości pępka, ugięte i lekko odwiedzione na boki, w pozycji „żabki” (zabezpiecza niewykształcone jeszcze stawy biodrowe),
- dziecko musi znajdować się dość wysoko, na tzw. wysokości „całusa w czółko”,
- dobrze zawiązana chusta nie uwiera i nie boli w czasie noszenia, równomiernie obciąża ramiona, plecy i brzuch,
- w chustce można nosić dziecko na wiele sposobów, zmieniać jego pozycję w zależności od potrzeb.



Aleksandra Szpura z miesięcznym Piotrusiem zawiązanym w elastyczną chustę kołyskę.

### czy wiesz, że...

- Noworodek noszony w chustce jest spokojny, bo czuje bicie serca mamy, która swoją bliskością upewnia malucha, że otaczający go świat jest mu przyjazny.
- Ruch w trakcie noszenia w chustce stymuluje błędniak, wspomagając rozwój zmysłu równowagi.
- Dziecko aktywnie uczestniczy w życiu rodziców: widzi to, co oni widzą, słyszy to, co oni słyszą. Noszone dzieci są wtęczone w świat rodziców, bo wykonują z nimi codzienne czynności.
- Noszenie w chustach może być dobrym sposobem na atak kolki – chusta daje ulgę dziecku (lekki masaż i działanie ciepłem) oraz rodzicom (odciążenie rąk zmęczonych długim noszeniem).
- Rodzice noszący dzieci w chustach mogą czytać, sprzątać, gotować obiad, robić zakupy, pisać na komputerze, bawić się ze starszym dzieckiem, chodzić na górach – i to wszystko mając cały czas przy sobie dziecko.

OPRAC. NA PODSTAWIE WWW.KLUBKANGURA.PRIV.PL

### JOANNA KŁAP, fizjoterapeuta:

Tak jak każdy sprzęt przeznaczony dla dzieci, chusta ma swoje wady i zalety. Stosując ją trzeba wykazać się dużą rozważnością i ostrożnością. Oczywiście jest wygodna. Mama ma więcej swobody i wolne ręce, a jednocześnie dziecko jest cały czas blisko niej. Wszystko jest w porządku, gdy chustę stosuje się chwilowo. Niestety, nieświadomi i zestresowani nowymi „obowiązkami” rodzice często o tym zapominają. W rezultacie dziecko stale leży lub siedzi w chustce. To niestety może mieć złe konsekwencje dla jego prawidłowego rozwoju ruchowego. Wzrasta ryzyko wystąpienia m.in. asymetrii ułożeniowej i opóźnienia rozwoju motorycznego dziecka. Chusta nie może być jedynym i głównym sposobem noszenia i trzymania małego dziecka. Trzeba mieć świadomość, że najlepsze dla niemowlaka jest

odpowiednie łóżeczko (bez osłonek i baldachimów, które ograniczają dostęp bodźców z otoczenia) z dobrze dobranym materacem i poprostu... podłoga, na której nasza pociecha może swobodnie uczyć się podnoszenia główki, podparcia na kończynach górnych, przetaczania i obrotów, siadania, raczkowania itp. Ostateczny wybór należy jednak do rodzica... Pamiętajmy, że dziecko wyposażone w nadmiar sprzętu (np. chodziki, foteliki, leżaczki) wcale nie będzie się szybciej i lepiej rozwijało. Wręcz przeciwnie możemy niechcący wyrządzić mu krzywdę.

### AGNIESZKA ŻYTKOWSKA, psycholog:

Chusta jest ciekawym rozwiązaniem, jest bardzo przydatna, zwłaszcza w ciągu pierwszych trzech miesięcy życia dziecka. Mamom daje większą pewność siebie i większy spo-

kój, mogą mieć cały czas maluszka przy sobie, wiedzą czy nie złego się dzieje. Są też wygodne w czasie karmienia piersią, zwłaszcza w publicznym miejscu, skrywają malucha i mamę przed wścibskimi spojrzeciami. Dziecku dają poczucie bezpieczeństwa, zapewniają naturalne ułożenie, to takie „przedłużenie brzucha mamy”. Ale pamiętajmy, że dziecko nie może przebywać w chustce przez cały dzień. Powinno uczyć się samodzielności, własnej odrębności, samouspokojania. Dziecko, które będzie spędzać w chustce całe dni, może bać się samotności. Chusta nie może zastąpić przytulania, ale również przebywania w łóżeczku czy w wózku. Pamiętajmy, że nie wszystkie dzieci mogą być noszone w chustach (przeciwwskazania to m.in. problemy ortopedyczne, silna asymetria, silny refluks żołądkowo-jelitowy, zaburzenia neurologiczne).

## W hacce...

EDYTA WITEK, 73 lata:

Wychowałam czworo dzieci i wszystkie nosiłam w hacce. Była to duża wełniana chusta, którą moja mama zrobiła na drutach. Przed wojną i po wojnie, kiedy nie było wózków, wszystkie kobiety nosiły dzieci w haczkach. Były bardzo wygodne, jak się szło do sklepu, kościoła albo do pracy w polu. Najpierw nosiłam tak moją młodszą siostrę, a potem dwie córki. Pamiętam, że czasie wojny kilka razy musieliśmy uciekać przed nalotami, czy wojakiem. Kto by wtedy zabierał wózek? NOT. LS

## Jak motać:

Sabina Staniszevska prezentuje sposób wiązania chusty w tak zwaną Kieszonkę. Przeznaczona jest do noszenia dzieci w pozycji pionowej, od urodzenia do około szóstego miesiąca życia.



1. Rozciągamy chustę z przodu owijając nią brzuch.
2. 3. Krzyżujemy na plecach, a końce przerzucamy na ramiona tak, by zwisały z przodu ku ziemi.
4. Wkładamy dziecko do chusty.
5. Naciągamy krawędzie.
6. Łapiemy dwie części chusty z obu stron i naciągamy tak, by odpowiednio otuliły dziecko. Jeżeli maluszek nie potrafi jeszcze siedzieć, trzeba schować jego ramionka i kark do chusty – musi mieć podparcie.
7. Pasy krzyżujemy pod pupą dziecka...
8. ....a następnie zawiązujemy je na plecy, robimy klasyczny supeł. Kieszonka gotowa.