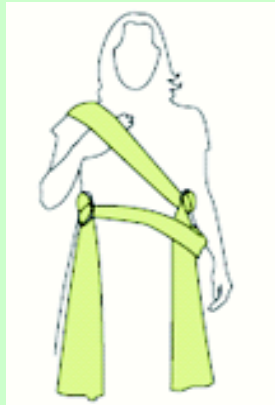


# Poloha 3

od narodenia do približne 4 mesiacov



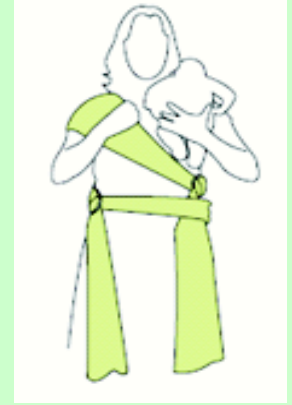
Dajte si sling na seba ako je popísané na začiatku.



Skontrolujte vnútorný popruh, ktorý necháte na mieste a vonkajší popruh stiahnite dolu cez plece.



Z vnútorného popuhu vytvorte vysiaci lôžko tak, že jednu stranu látky budete mať vedľa šije. Druhú stranu potiahnite dolu a znovu zahnite späť hore.



Podržte dieťaťko pri svojom pleci. Voľnou rukou uchopíte látku a otvoríte vytvorené lôžko.



Vložte dieťaťko do lôžka, najskôr zadoček a potom trup, až kým bude ležať na Vás. Voľnou rukou skontrolujte, či sú vnútorné a vonkajšie strany látky rovnomerne rozprestreté po celom tele a hlavičke Vášho dieťaťka.



Dieťaťko by malo byť pomerne vysoko na Vašom hrudníku a úplne podopreté. Toto je vynikajúca poloha pre dojčenie a prirodzená poloha na spanie do veku 4 mesiacov.



Aby sa Vám sling lepšie nosil, môžete látku popruhov na Vašich pleciach rozprestrieť širšie. Doporučujeme použiť aj dlhý pás s vreckom.







