



Maximale geborgenheid,
optimaal comfort,
onweerstaanbaar vertederend.

*Onze trendy draagdoeken en accessoires
zijn gemaakt van 100% babyvriendelijk,
Ökotex-100 gecertificeerd, katoen.*

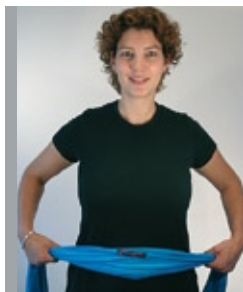
Inclusief uitgebreide foto- en informatie-instructie.



TEVENS BIJ ONS VERKRIJGBAAR

- Babymutsje & das
- Omdraaimutsje
- Baby Bandana
- Speen- & knuffelkoord
- Knuffelpopje
- Poppendraagdoek
- Poppenslendang
- Slendang
- Diverse boeken

BASISINSTRUCTIE LANGE DRAAGDOEK



Stap 1

Houd de draagdoek op deze manier voor je. Gebruik het label als referentiepunt voor het midden. Sla de uiteinden naar achteren.



Stap 2

Sla de draagdoek kruislings over je schouders naar voren.



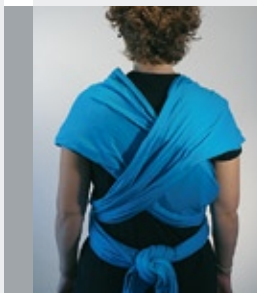
Stap 3

Vouw de draagdoek dubbel aan de kant waar de baby komt te liggen, je krijgt zo een soort hangmatje. (Bij de BBBB- of rug-houding hoeft er geen 'hangmatje' gemaakt te worden.)



Stap 4

Kruis de draagdoek over je buik en haal de uiteinden van de doek onder de buikband door, de kant waarin de baby komt te liggen als onderste.



Stap 5

Doel de uiteinden naar achteren en maak aan de achterkant een knoop...



Stap 6

...óf als de draagdoek aan de lange kant is, de uiteinden weer naar voren halen en aan de voorkant een knoop maken (of eventueel weer aan de achterkant).

Vervolg met de gewenste draagmethode



KNOOPTECHNIEK KOMMA-HOUDING

▶ Start met de basis, vervolg vanaf stap 6, pagina 1:



Stap 7

Laat de schouderband (de bovenste van de twee) waarin de baby NIET komt te liggen naar beneden zakken.



Stap 8

“Open” de schouderband en laat de baby hier van bovenaf in zakken. De baby ligt dus wat gebogen, zijn ruggetje is rond, de voetjes liggen opgetrokken en eventueel gekruist.



Stap 9

Doe de andere schouderband weer om en trek deze over de baby heen.



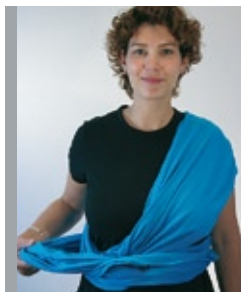
Stap 10

Trek vervolgens als laatste de buikband over de baby heen, tot aan of over het hoofdje. Eventueel kan de onderzijde van de buikband tussen de baby en je buik worden gevouwen.



KNOOPTECHNIEK FOETUSHOUDING

▶ Start met de basis, vervolg vanaf stap 6, pagina 1:



Stap 7

Laat de schouderband (de bovenste van de twee) waarin de baby NIET komt te liggen naar beneden zakken.



Stap 8

Leg de baby in foetus-houding tegen je borst met je hand onder het kontje en de opgetrokken voetjes, zo laat je hem in de opengeslagen schouderband zakken.



Stap 9

Trek de schouderband zo hoog mogelijk over de rug en schouder van de baby. Blijf hem ondertussen ondersteunen.



Stap 10

Herhaal dit met de andere schouderband, die je weer omgedaan hebt.



Stap 11

Als laatste volgt de buikband. Door de twee schouderbanden en de buikband zo hoog mogelijk op te trekken, geef je de nekspieren van de baby een goede ondersteuning.



Stap 12

Zo kan de baby heerlijk tegen je borst gaan slapen óf als de baby groter is wat rondkijken.



Als de baby slaapt ondersteun je zijn hoofdje door de schouderband hier een stukje overheen te trekken. Je gebruikt de schouderband aan de kant van het achterhoofd van de baby.

BBBB (buik tegen buik benen buiten) EN HEUP

▶ Start met de basis, vervolg vanaf stap 6, pagina 1:



Stap 7

Leg de baby hoog op je schouder.



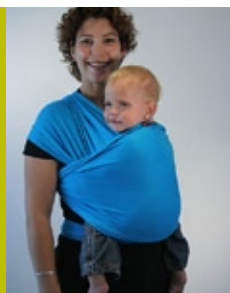
Stap 8

Laat de baby van bovenaf in de draagdoek zakken met één beentje aan elke kant van de kruising.



Stap 9

De schouderbanden trek je zo breed mogelijk in de knieholtes voor optimaal draagcomfort. Controleer dit tussendoor af en toe.



Stap 10

Doe vervolgens de buikband over de beentjes heen en trek deze hoog over de rug van de baby. De onderkant van de buikband zit goed in de knieholten.

HEUP : Zie BBBB (Buik tegen Buik Benen Buiten, vanaf drie maanden) vervolg vanaf stap 9:



Stap 11

Til de baby met beide handen op en verplaats hem met draagdoek en al richting heup, de baby komt op je heup te zitten.

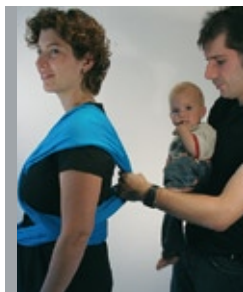


Stap 12

Trek de buikband hier overheen om deze houding te ondersteunen.

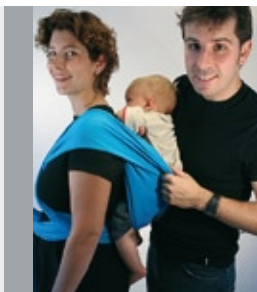
OP DE RUG (MET HULP)

▶ Start met de basis maar dan vanaf de rug gezien, geknoopt. Vervolg vanaf stap 6, pagina 1:



Stap 7

Een tweede persoon houdt de draagdoek aan de rugzijde aan het kruis vast.



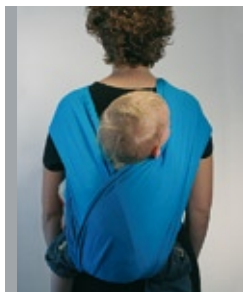
Stap 8

Net als bij de BBBB-houding komt er aan elke kant van de kruising één beentje van de baby, de buik tegen je rug.



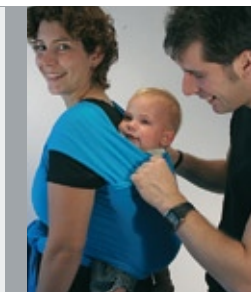
Stap 9

De draagdoek goed hoog over de rug heen trekken...



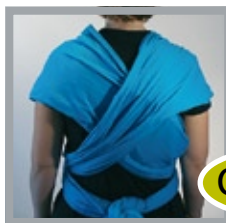
Stap 10

...en weer zorgen voor een brede zitbasis, met de onderkant van de draagdoek zover mogelijk in de knieholtes.



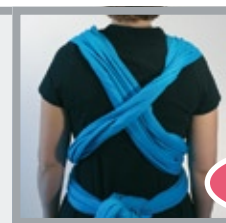
Stap 11

Als laatste de 'buikband', welke nu 'rugband' is, zo hoog mogelijk over de baby heen trekken, de onderzijde van de draagdoek goed onder de billen van de baby, tot in de knieholtes.



Goed

Zorg dat je de draagdoek zo netjes mogelijk omknoopt, voor optimaal draagcomfort. De schouderbanden zijn zo goed mogelijk over de schouders uitgespreid, zodat je het gewicht van de baby goed verdeelt.



Fout

Hier zie je een draagdoek met een draai in de schouderbanden, waarbij schouders en rug onnodig worden belast door de niet-gespreide schouderbanden.

OP DE RUG (ZONDER HULP)



Stap 1

Leg de draagdoek neer op een bank, tafel of trap. Zet het kindje in het midden met de onderzijde van de doek tot in de knieholtes, en de bovenzijde tot over de schouders.



Stap 2

Ga voor het kind zitten en haal de buikbanden over je schouder, trek deze goed aan.



Stap 3

Ga staan met gebogen rug. Zorg ervoor dat de onderzijde goed in de knieholtes zit, met de beentjes langs je heupen.



Stap 4

Sla de uiteinden naar achteren OVER de beentjes heen en knoop de doek óf onder de billen van het kind óf sla de uiteinden weer naar voren en leg daar een knoop.



Stap 5

Met de knoop aan de voorzijde en de beentjes langs de heupen.



Stap 6

Met de schouderjes volledig in de draagdoek...

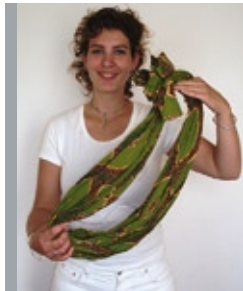


Stap 7

...of eruit!

Er zijn nog meer methodes om zonder hulp de baby op je rug te dragen. Deze staan echter verder niet beschreven omdat het nogal wat handigheid en ervaring vereist om dit in alle veiligheid te kunnen doen. Wij adviseren je echter graag persoonlijk als je hierin interesse hebt!

BASISINSTRUCTIE KORTE DRAAGDOEK



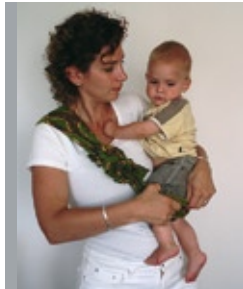
Stap 1

Maak een knoop in het uiteinde van de draagdoek. Probeer uit welke lengte ideaal is, voor jou en het kind. De knoop kan in de draagdoek blijven zitten. De draagdoek hoeft bij elk volgende gebruik alleen nog maar 'omgehangen' te worden.



Stap 2

Hang de draagdoek op deze wijze om, rechts over de schouder als je links op de heup wilt dragen, links over de schouder als je rechts op de heup wilt dragen. Net onder je sleutelbeen is de meest comfortabele locatie voor de knoop, echter de knoop op de rug dragen kan ook.



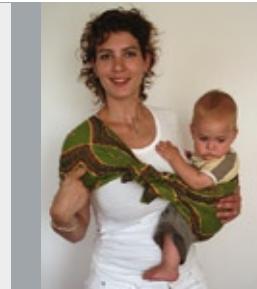
Stap 3

Schuif de baby, peuter of kleuter van bovenaf in de draagdoek. De onderzijde van de draagdoek trek je zo ver mogelijk in de knieholte...



Stap 4

..de bovenzijde van de draagdoek trek je over de rug. De hoogte hiervan is afhankelijk van de leeftijd en stevigheid van de zit van de baby. Hoe ouder, hoe lager.

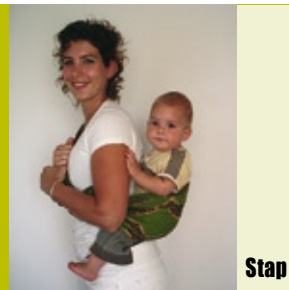
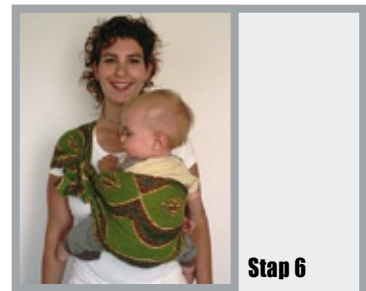


Stap 5

Terwijl je met je ene hand de draagdoek en het kind iets omhoogtilt, maak je ruimte vrij, om met je andere hand de draagdoek over je schouder heen te trekken. Op deze manier kun je het gewicht optimaal verdelen. Je kind zit goed als deze stevig tegen je aan zit, zonder dat er teveel ruimte tussen jullie beide ontstaat.

Vervolg eventueel met [Dragen op de buik](#) of [Dragen op de rug](#) (zonder hulp)





Voor dragen op de rug, volg basisinstructie 1 t/m 5 voor de korte draagdoek, zie pagina 7. Vervolgens draai de draagdoek samen met het kind onder je arm door op je rug. Ondersteun het kind met je hand en controleer of de draagdoek goed in de knieholte en hoog over de rug en eventueel één schouderdje heen zit. Je kunt van een andere startlocatie van de knoop uitgaan, zodat de knoop niet in de zij, maar net onder je sleutelbeen uitkomt. Eventueel kun je, terwijl je iets voorover hangt, de draagdoek iets strakker omknopen, voor optimale stevigheid.

Voor dragen op de buik, volg basisinstructie 1 t/m 5 voor de korte draagdoek, zie pagina 7. Vervolgens draai het kind met draagdoek en al van je heup naar je buik.

DRAAGDOEKTIPS EN WEETJES

Voordat je begint:

- Kies een goed moment uit om de eerste keer te gaan oefenen, als de baby rustig en tevreden is (bijvoorbeeld na het eten of na een slaapje). Met een pop de techniek oefenen kan natuurlijk ook. Als jullie beiden wat geoefender zijn is het dragen in een draagdoek een ideale 'troostmanier', maar voor de eerste keer is het prettiger voor beiden als de omstandigheden rustig zijn. En vergeet niet: een baby voelt je feilloos aan; hoe rustiger & geduldiger jij bent, hoe rustiger de baby zal zijn.
- Hang met je bovenlichaam iets achterover, terwijl je de baby in de draagdoek knoopt. Door de zwaartekracht zal de baby goed en veilig tegen je aan blijven liggen, terwijl jij rustig de handelingen kan uitvoeren.
- Doordat je je de eerste keren nog wat onzeker kan voelen, kan het een gevoel van veiligheid bieden om al zittend op, of gehurkt of staand bij een bank, bed, of groot woonkussen de handelingen uit te voeren. Ook een spiegel of helpende hand van een tweede persoon kan in dit stadium uitkomst bieden.
- Kleed de baby niet te warm! Behalve de drie lagen tricot waar de baby in ligt, krijgt het ook nog jouw lichaamswarmte. In de winter is alleen een winterjasje en mutsje voldoende, nog een keer je eigen jas eroverheen ritsen is al snel teveel van het goede. Bij warmer weer is een jasje zelfs helemaal overbodig. Gebruik je de draagdoek binnenshuis: trek wat kleding uit (sokjes, broekje...eventueel alleen in een rompertje). Kijk naar de signalen die de baby afgeeft: rood hoofd, huilen, zweten, warm nekje...betekent te warm!
- Een draagdoek zit eerder te los dan te strak omgeknoopt! Je hoeft bij het omknopen géén extra ruimte over te laten voor de baby, je mag de draagdoek redelijk aangesloten aan je lichaam omknopen. Bij te los omknopen zul je merken dat je kindje te laag komt te hangen. Hoe strakker de draagdoek, hoe hoger de baby zit. Hoe losser de draagdoek, hoe lager de baby in de draagdoek zal zitten. Het is even uitproberen hoe strak de draagdoek precies voor jullie het meest comfortabel draagt.
- Ga zodra je de baby (de eerste keer) in de draagdoek hebt direct lopen, bewegen of 'wiebelen', zo wordt de baby rustig en zal hij snel zijn draai vinden en zich tegen je aan settelen.
- Als de baby nog niet voldoende stevigheid in de nek heeft, bied deze dan steun door de drie verschillende 'banden' (na het knopen heb je de twee schouderbanden en een buikband) zo hoog mogelijk over de rug, tot hoog in de nek, op te trekken, deze zullen dan de nek ondersteunen.
- Je haalt de baby uit de draagdoek door de verschillende lagen stof van de draagdoek een beetje 'af te pellen'. Je hoeft niet de hele draagdoek af te doen, maar kan de baby er daarna gewoon 'uit tillen'. Dit doe je in de foetushouding door hem met beide handen, onder zijn oksels en over zijn rompje vast te pakken en omhoog te tillen. In de kommahouding blijf je ook tijdens het 'afpellen' de baby ondersteunen en schuif je je arm onder hem om hem uit het hangmatje te tillen.
- Voor mensen in een rolstoel is het handiger om de knoop aan de voorzijde te maken, zodat deze niet op de rug in de weg zit.
- Ook als je eerst nog een autoritje voor de boeg hebt, voordat je de draagdoek daadwerkelijk in gebruik neemt (bijvoorbeeld naar stad of naar school van een ouder kind, en als je de draagdoek liever thuis alvast omknoopt) is het handig de draagdoek aan de voorzijde te knopen.
- Recent onderzoek heeft uitgewezen dat bij het niet geheel goed dragen met het gezichtje van je af, (vanaf drie maanden, met de beentjes eruit, het gezichtje van je af en de rug van de baby tegen je buik; de baby kijkt dus van je af) dit enigszins belastend zou kunnen zijn voor de rug van de baby. Het wordt dus afgeraden om je kindje op deze manier te dragen, aangeraden wordt om altijd de ergonomische verantwoorde draagtechniek van Buik-tegen-Buik te gebruiken.
- Voorkom gevaarlijke situaties! Ga bijvoorbeeld niet skeeleren, fietsen en autorijden met de baby in een draagdoek. Wees ten alle tijden bewust van de baby in de draagdoek en vermijd mogelijk gevaarlijke activiteiten.
- Lukt het niet meteen? Geen nood, morgen gaat het vast al een stuk beter! ▶▶▶

Borstvoeding en draagdoeken:

Borstvoeding geven is heel goed mogelijk tijdens het dragen van je baby. Doordat je baby dicht bij je is kun je goed en adequaat reageren op de behoeften van je baby, dit zal de moederband nog meer versterken!

Zorg allereerst dat jullie beiden vertrouwd zijn met de draagdoek. Meerdere laagjes kleding kan handig zijn als je helemaal 'onzichtbaar' wilt voeden (bijvoorbeeld een laag gesneden hemdje met daaroverheen een shirt). De foetushouding blijkt hiervoor meestal het meest praktisch, maar hiervoor geldt ook: elke voor jou werkbare methode is een goede manier. De draagdoek kan iets losser geknoopt worden aan de achterzijde, zodat de baby wat lager ligt. Schuif het bovenste shirt omhoog, duw je BH (en eventueel hemdje) onder je borsten, je borst schuif je als het nodig is iets omhoog of opzij, met de tepel richting mond van je baby. Zo kan je baby bij je drinken zonder dat ook maar iemand daar iets van in de gaten heeft.

Wees niet te ongeduldig, het vergt even wat oefening. Lukt het niet meteen, probeer het later nog eens opnieuw.

Geduld, oefening, vertrouwen én uitvinden welke manier voor jullie als 'team' het beste werkt zijn de sleutelwoorden.

Wanneer..?

Gebruik de draagdoek multifunctioneel als dekentje, speelkleed of onderlegger, zo heb je de draagdoek altijd binnen handbereik als je hem nodig hebt:

- Als je wilt tegemoet komen aan de behoeftes van de baby én jezelf
- Als de baby ontroostbaar is
- Als je niet de ruimte of financiële middelen hebt voor een kinderwagen
- Als je de stad in gaat of op een andere plek bent waar wandelwagens erg onhandig zijn
- Als je gewoon even je handen vrij wilt hebben
- Als je een vermoeide arm en stijve nek en schouders krijgt van het 'wiegen'
- Als je de baby heerlijk knus bij je wilt hebben

Blijf niet met je vragen/problemen zitten! Je kan altijd contact met ons opnemen door een mailtje te sturen naar info@ByKay.com.

Vaak is een kleine tip al voldoende om er een succesverhaal van te kunnen maken.

Wij willen dat jullie net zoveel plezier aan de draagdoek zullen beleven als dat wij dat doen!!

Wasinstructie:

Wassen op 40 °C met gelijke kleuren. Gebruik bij felle en donkere kleuren een speciaal wasmiddel. NIET in de droogtrommel.

Veel draagplezier! ■

DE ACHTERGROND VAN DE DRAAGDOEK

Het dragen van een baby in een draagdoek is zo ongeveer de oudste manier van het dragen van een kind én in heel veel culturen en werelddelen een vanzelfsprekendheid. De Westerse landen hebben hier gedurende lange tijd een uitzondering op gemaakt, maar gelukkig kom je de draagdoek steeds vaker tegen in het Westerse straatbeeld.



Baby's hebben huidhonger

Volgens onderzoek van Barr en Hunziker van het University Montreal Children's Hospital, zijn baby's die gedragen worden in een draagdoek rustiger en huilen ze aanzienlijk minder. In een draagdoek bevindt de baby zich in een rustgevende omgeving. Door het ruiken van de bekende geur, het horen van de hartslag, het voelen van de lichaamswarmte en de bewegingen van zijn ouder, voelt de baby zich volkomen veilig en op zijn gemak. Bovendien kun je als ouder snel en adequaat reageren op de signalen en behoeftes van de baby. Ook voor adoptie-ouders of ouders die moeite hebben de natuurlijke binding te voelen, kan een draagdoek uitkomst bieden. Door de baby veel bij je te dragen, krijg je meer kans om een goede band te ontwikkelen met het kind.

Emotionele en sociale ontwikkeling op z'n best

In een draagdoek neemt de baby al in een vroeg stadium, op de meest natuurlijke manier, deel aan het gezinsleven. Vanuit de veilige en geborgen plek van de draagdoek, absorbeert de baby vol vertrouwen de massa van prikkels die op hem afkomen vanuit de omgeving (volgens onderzoek van Evelin Kirkilionis, een Duitse gedragsdeskundige). De baby zal deze prikkels

structureren, met elkaar in verband brengen en hierop reageren. De goede balans tussen bescherming en vrijheid leidt tot een gevoel van veiligheid en vertrouwen, volgens het onderzoek zal dit de basis leggen voor een positief zelfbeeld en zelfvertrouwen.

Motoriek, evenwicht en tastzin

Belangrijke prikkels zijn ook de prikkels die leiden tot een beter evenwichtsgevoel. De baby wordt in alle richtingen bewogen, terwijl hij door de ouder in balans wordt gehouden. Ook de tastzin en de motoriek krijgen door alle aanrakingen alle ruimte om zich goed te ontwikkelen.

Betere ontwikkeling van heupjes en rug

De baby heeft in de draagdoek een natuurlijke houding, met een iets bolle rug en de heupjes gespreid. In de foetushouding neemt de baby met opgetrokken beentjes een 'kikker'-houding aan. Dit kan heupproblemen (zoals heupdysplasie) niet alleen voorkomen, maar kan óók worden gebruikt voor de behandeling ervan. Baby's die in een draagdoek gedragen worden, hebben volgens onderzoek op latere leeftijd minder rugklachten. Vaak wordt gedacht dat het dragen in een draagdoek voor de ouders slecht voor de rug zou zijn. Het tegendeel is echter waar! Het zorgt voor een betere houding en een goede ontwikkeling van de rugspieren.

Krampen en reflux

Houding en beweging zorgen voor een betere doorbloeding en spijsvertering, waardoor krampen verminderd worden. Baby's die last hebben van reflux zijn vaak geholpen als ze rechtop worden gedragen in een draagdoek. ►►►



Borstvoeding, overal en altijd

De voordelen van het dragen in een draagdoek en het geven van borstvoeding hebben een grote overlap. Beide “ways of life” bieden de baby de meest natuurlijke basis in hun leven. Het voeden in een draagdoek kan, na hier wat handigheid in verkregen te hebben, in alle discretie én met alle gemak gebeuren. In de bijgeleverde foto- en informatie-instructie wordt het voeden in een draagdoek uitvoerig behandeld.

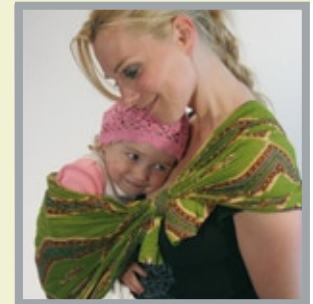


Dragen op handen...zonder handen

Tijdens het dragen van de baby heb je je handen vrij, zonder dat het lichaamscontact met de baby verbroken wordt. Op deze manier heb je alle mogelijkheid je te richten op je dagelijkse bezigheden of de aandacht aan andere kinderen te geven. Niemand komt iets te kort! Blijf je wel ten alle tijden en in elke situatie bewust van de baby, ter voorkoming van ongelukken.

Draagdoek versus wandelwagen

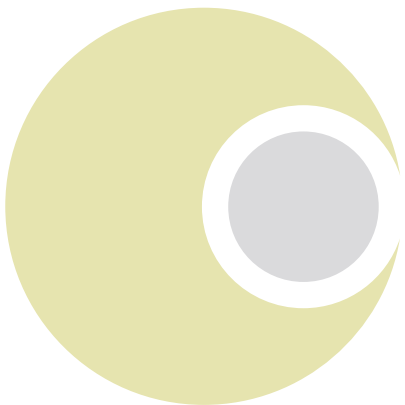
Een draagdoek kan eenvoudig worden meegenomen en neemt weinig plaats in beslag. Een draagdoek betekent geen gesleep met grote wandelwagens en ‘gepas en gemeet’ in auto of huis. Ontzettend handig als je bijvoorbeeld met de fiets of bus ergens heen gaat en het meenemen van wagen of buggy erg onpractisch is, er is namelijk altijd wel een plekje te vinden voor de draagdoek! Een draagdoek is multifunctioneel en kan o.a. ook dienst doen als dekentje of plaid. Een draagdoek is relatief goedkoop en groeit met de baby mee. Geen ergernissen in een drukke winkelstraat, struikelend over voeten of andermans wandelwagens. Daarvoor in de plaats veel “oooh’s en aaah’s” en vertederende blikken, bedoelt voor zowel de lief slapende of rondkijkende baby als wel voor de relaxte en trotse ouder. Daarbij heb je nog genoeg handen vrij voor partner of andere kinderen. Een combinatie van draagdoek én wandelwagen kan bijvoorbeeld erg handig zijn bij het vervoeren van twee kinderen (van dezelfde of verschillende leeftijden), de één gaat in de draagdoek, de ander in de wandelwagen of buggy. ■



Bronvermelding:

- Hunziker, U.A., Barr, R.G. (1986). Increased carrying reduces infant crying: a randomized controlled trial.
- Kirkilionis, E.(1995). Wahrnehmen, Erfahren und üben beim Körperkontakt. Praxis der Psychomotoriek.
- Bevernage, T., Schollaert, E., Beeusaert, P. (2003). Draagdoeken, een modegril of daadwerkelijk nuttig?

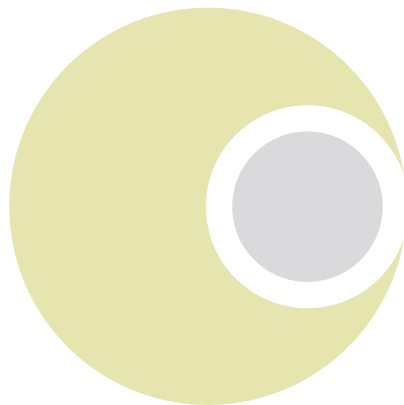
BYKAY



(©) www.ByKay.com - Carry your love!



BYKAY



(©) www.ByKay.com - Carry your love!



 **BYKAY**



 **BYKAY**