

Zanzásított tudnivalók a hordozásról by Pynky

Sziasztok :)

2011. óta vagyok babahordozási tanácsadó, 2013. óta speciális hordozási tanácsadó, és 2014. óta oktatok az iskolánál, és 2017. óta vagyok a ClauWi Magyarország Hordozóiskola vezetője.

(www.clauwi.hu)

Ez a dokumentum szigorúan az én álláspontomat tükrözi az ajánlásokkal és javaslatokkal kapcsolatban, melyeket megtámogatnak anatómiai, egészségügyi, pszichológiai és kommunikációs tanulmányaim és saját gyerekeimmel szerzett tapasztalataim, valamint a 2011. óta folyamatosan végzett munkám során általam és a ClauWi közösségében dolgozó tanácsadók által dokumentált, megbeszélt, szupervízióra került esetek tanulságai.

A hordozókendő újszülöttkortól használható, mert pontról pontra képes megtámasztani a babát, és létre tudunk hozni benne egy élettanihoz közelítő pozíciót. Minden más eszköz (mei-tai, félcsatos, csatos hordozó) kevesebbet tud ennél, illetve más pozíciót vesz fel benne a baba, ezért én csak sokkal később, kb. „ülőkortól” ajánlom. Ha dilemmázol, nézd meg a különböző eszközben felvett testhelyzeteket, és dönts magad, józan paraszti ésszel. Természetesen mindig vannak kivételes helyzetek, amikor egyénileg mérlegeljük az ajánlást a család élethelyzetének figyelembe vételével, de az az ökölszabály, amit fentebb írtam. Rengeteg-féle kendő és eszköz van, ezért javaslom, hogy amennyiben lehetséges, vásárlás előtt mindig próbáljatok ki többet hordozós klubokban vagy ismerősnél (ne boltban).

Amit tudjon egy kendő:

- legyen elég erős, hogy egy rétegben is megtartsa a babát az élettani pozícióban (= ne nyúljon, rugózzon a baba alatt)
- a szövése keresztsávoly, gyémánt- vagy éksávoly legyen, a mintásakat „jackardnak” hívjuk (kicsit macerásabb velük kötni, de ha a nyúlós próbát kiállják, használhatók)
- legyen elég hosszú a kiválasztott kötéshez, vagyis tudjuk rendesen dupla csomóra kötni a befejezéskor
- kendőhosszok kb.: kenguru és batyu kötéshez 3,5-4 méter, belül zsebes keresztezett, duplo, háti zsebes keresztezett kötéshez 4,5-5,4 méter, karikás kendő (alkattól függően) 1,5-2 méter
- legkönnyebben a 100% pamutból készült kendő kezelhető
- mosás, vasalás, szárítás: MINDIG a belevarrt címke szerint járjatok el. Általánosságban: a lehető legkevesebb kemikáliát használjátok a mosáshoz is, én a mosódiót vagy a sima vizes mosást javaslom. Mindenképp öblítő nélkül, ha mégis akarsz, akkor ecettel öblíts.

Zanzásított tudnivalók a hordozásról by Pynky

Általam ajánlott kendőmárkák, szigorúan szubjektív lista!

Az általam ajánlott MINDEN kendő szakítószilárdsága megfelelő és biztonságosak, általában egy felnőttet is elbírnak. A kategória-besorolást a kiegyenlített minőség (vagyis bármikor veszem egyenletesen jó-e), a könnyű puhulás, kezelhetőség, festék, „bioság” alapján kapták, ár-érték arányban. Tehát MINDEGYIK biztonságos a babára nézve, inkább kényelmi és érzékenységi szempontból csoportosítottam. /A nevükre rákeresve megtalálod a gyártót és forgalmazókat is./

- *Alacsony árkategória, de már használható minőség:* ez azt jelenti, hogy a márkán belül a piacon nem egyenletes a minőség – lehet kifogni nagyon jót, közepeset és használhatatlant is - „régí” Nandu (amit általában bármilyen adás-vétel oldalon találsz, 5-6000 forint)
- *Közepes árkategória, jó minőséggel:* LittleFrog, „új” Nandu, Liliputi /www.liliputi.hu/, Yaro, Indajani, Amasonas,
- *Szép, de drágább kendők:* Fidella, LennyLamb, Babymonkey, Oscha,
- *„Csúcskategória”* /ezeket bármikor ajánlom, mert bár az árak magasabb, viszont minden igényt kielégítenek és tartják az értéküket, a szépésdivatosakkal ellentétben/: BelleLelle Varázskendők /bellelle.com/ , BloomyLoom /www.bloomyloom.com/ (ez a kettő magyar termék), Didymos, Storchenwiege, Hoppediz, Girasol.

Más csoportosításban, mert szeretem támogatni a magyar termékeket, fejlesztéseket (ABC rendben): BelleLelle, BloomyLoom, Liliputi, Nandu.

Kendővásárlás: a hordozókendőket én biztosan használtan venném, mert sokkal olcsóbbak mint újonan. Inkább Fb csoportból vásárolnék, ahol látom kitől veszem (a Jófogás és társainál nem tudhatom, nem egy dohányszagú/kutyaszőrös terméket fogok-e ki...), pl. *Kenguruk és hordozókendők adás-vétel cserebere csoportja, Babahordozó eszközök adás-vétele, cseréje csoport, Hordozós ruházat és kiegészítők csoport.*

Ha mégis újat vennél, a következő webáruházakat ajánlom:

(Ez is az én szubjektumom: az adott boltok tulajdonosai ismerőseim, többen régi jó barátaim. Rendszeresen adnak kedvezményeket, kuponokkal támogatnak hordozós klubokat, rendezvényeket. Legtöbbször hordozási tanácsadók vagy ha nem akkor konzultálnak hordozási tanácsadóval, szakmai munkájukkal, vevő- és reklamációkezelésükkel az elmúlt évek során maximálisan meg voltam elégedve. Számlát adnak, reklamálhatsz... sajnos ez nem mindenhol egyértelmű...)

BabbaMia – www.babbamia.hu – Zsemberyné Mucs Katalin, hordozóeszközök, kiegészítők, blog – cikkek - **VIDEÓK**

Babybooz – www.babybooz.hu

Ittababa – www.ittababa.hu

Nanabolt – www.nanabolt.hu

Maraya bolt – www.maraya.hu

A jegyzetet Szalai Zsanett Pynky hordozási tanácsadó, dúla, kommunikációs tréner készítette az Életfa Bábapraxis tanfolyamához. Szabadon felhasználható. Kapcsolat: pynky@ubainba.hu Fb oldal Kommunikálj könnyedén!

Zanzásított tudnivalók a hordozásról by Pynky

Bővebb információk a hordozásról:

A ClauWi Magyarország Hordozóiskola blogja, ne tévesszen meg, hogy nem frissül - Batyuklán blog www.batyuklan.blogspot.com

BabbaMia blog – www.babbamia.hu/cikkek-irasok

Zuglói Babahordozó Klub infó oldal – www.zugloibabahordozoklub.blogspot.com/p/ajanlott-irodalom.html

ONLINE tanácsadást is vállaló tanácsadók:

Zsemberyné Mucs Katalin hordozási tanácsadó, speciális hordozási tanácsadó,
+36303817981

Babba Mia - Fb oldala: [BabbaMia Kati](#)- hordozási tanácsadó, babamasszázs oktató, dúla- Szeged, hétköznap 10-16 között.

Gerhát Petra (Petra Zselyem) hordozási tanácsadó, speciális hordozási tanácsadó,
petrazselyem@yahoo.hu

Fb oldala: [Kendőben jó / Hordozási tanácsadás - Gerhát Petra](#) péntek-szombat-vasárnap-hétfő napokon 8-18 óra között

Frei Zsuzsi hordozási tanácsadó,

Fb oldala: [Bababoldogság - Hordozási tanácsadás Frei Zsuzsival](#)
hétköznap megbeszélés szerint és hétvégén 10-18ig

Lepesi-Benkő Réka, hordozási tanácsadó, speciális hordozási tanácsadó,
20/5970657, reka@feherlo.com, skype: bereabt

Fb oldala: [Lepesi- Benkő Réka szoptatási tanácsadó, dúla, hordozási tanácsadó](#)

Mátyus Évi, hordozási tanácsadó, speciális hordozási tanácsadó,
hétköznap 16 óra után. evihordoz@gmail.com

Fb oldala: <https://www.facebook.com/matyus.evi.official/>