La croisée double

Dès les premiers jours

0+

L'avantage du portage en double croisée est qu'il peut être préparé à l'avance sans le bébé. Si à la maison, ton bébé souhaite un repos ou bien dormir, s'il fait ses dents ou a de l'aérophagie, tu peux l'y déposer ou l'en ressortir aussi souvent que tu le veux. En cas de mauvais temps, il est également possible de le préparer à la maison (au sec).

Tu peux utiliser cette technique de portage, si tu la maîtrises bien, dès le départ et plus tard encore quand le bébé commence à grandir et prendre du poids car le poids du bébé est bien réparti sur le dos.

Soulève l'écharpe au niveau du milieu du bord supérieur (étiquette avec la cigogne).

Commence maintenant à rassembler l'écharpe du haut vers le bas

jusqu'à ce qu'un pan se forme.

Conduis ce pan vers l'arrière en passant sur ta taille.

Fais repasser les pans formés vers l'avant de ton corps.

L'étiquette avec la cigogne doit se trouver au milieu, sur ton dos.

Croise maintenant les deux pans devant ton ventre. Tes mains doivent alors être orientées vers le haut.

Fais maintenant passer les pans d'écharpe

sur tes épaules et dépose-les respectivement à droite et à gauche de ton cou.

Saisis maintenant de tes deux mains le bord supérieur de l'écharpe sur ton dos. Il est pourvu d'une double couture et est facile à trouver à l'aveugle. >

Saisis-le au moyen de ton pouce et de ton index.

Tout d'abord, suis le bord vers l'avant jusqu'à ton ventre.

Puis en direction de ton épaule où il devrait se trouver près de ton cou.

Réorganise alors le pan sur ton épaule en partant de ton cou et fais des plis.

À la fin, le pan se trouve entièrement plissé sur ton épaule.

Répète l'opération avec le pan d'écharpe de l'autre côté.

Les pans d'écharpe se trouvent maintenant ordonnés et déployés sur ton dos.

Saisis maintenant les deux pans

et croise-les le plus bas possible sur ton dos. C'est mieux pour la bonne répartition du poids.

20

Fais repasser les pans croisés vers l'avant

21

et rassemble-les devant ton ventre.

22

Noue les pans d'écharpe

23

au moyen d'un nœud plat (cf. chapitre « les nœuds »).

24

Il est important que tu serres bien ce nœud.

25

Depuis l'extérieur, plonge maintenant tes avant-bras dans le croisillon.

26

En faisant « ta prière », tu vas déplacer le croisillon jusqu'au niveau de ton nombril, au-dessus du nœud. Veille que le pan d'écharpe autour de ta taille reste bien serré le long de ton corps quand tu abaisseras le croisillon.

27

Soulève maintenant ton bébé

28

et dépose-le sur ton épaule. Utilise pour cela la « prise de sécurité ». >

29

Lors de cette prise, ton bébé repose sur ton épaule et il est très important que son petit bras se trouve derrière ton cou.

30

Plonge ta main libre dans le croisillon en venant de par le bas et saisis le petit pied de ton bébé.

31

Tire le pied vers le bas en le faisant passer à travers la boucle.

32

Change maintenant ton bébé d'épaule.

33

Ici aussi, approche ta main du croisillon en venant par le bas

34

et saisis le deuxième petit pied de ton bébé.

35

Ton bébé devrait être assis au milieu du croisillon.

36

Cherche le bord du pan d'écharpe intérieur.

37

Déploie ce pan d'écharpe sur le dos de ton bébé

38

petit à petit jusqu'à ce qu'il n'y ait plus aucun pli sur son dos.

39

Effectue le même déploiement avec le pan d'écharpe extérieur.

40

Dans le creux de chacun des genoux de ton bébé devrait se trouver la même quantité de tissu afin de former un léger rembourrage.

41

Pour diminuer la sollicitation sur tes épaules et ta nuque, tire le bord extérieur du pan d'écharpe intérieur

42

vers le bas jusqu'à ton poignet

43

puis rabats-le sur ton épaule.

44

Répète l'opération avec le pan d'écharpe du côté opposé.

45

Vérifie que l'écharpe colle suffisamment et ainsi soutient bien la colonne vertébrale de ton bébé en te penchant pour cela vers l'avant. S'il devait y avoir trop d'espace entre toi et ton bébé, tu dois resserrer les pans d'écharpe de la manière suivante :

46

ouvre le nœud plat. >

47

Coince l'un des deux pans d'écharpe entre tes jambes.

48

Tire l'autre pan d'écharpe latéralement vers l'extérieur

49

et ajuste le pan ouvert successivement sur toute sa largeur.

50

Fais passer le pan ajusté sous la jambe de ton bébé

51

et coince-le alors entre tes jambes. Tire maintenant l'autre pan d'écharpe latéralement vers l'extérieur,

52

ouvre-le et ajuste-le également successivement sur toute sa largeur.

53

Fais passer l'autre pan ajusté sous la jambe de ton bébé,

54

et des deux pans,

55

effectue un nœud plat (cf. chapitre « les nœuds »)

56

que tu dois serrer fermement.

57

Si les pans d'écharpe pendent plus bas que la moitié des cuisses, fais-les passer vers l'arrière

58

et noue-les nouveau

59

au moyen d'un nœud plat ou double.

60

61

Ton bébé se trouve alors dans la position physiologiquement correcte de la «petite grenouille». Pour ce faire, ses fesses se trouvent plus bas que ses genoux. •