

Hallo liebe TragMich BesitzerInnen!

TragMich sind sowohl für zu Hause als auch für Unterwegs gedacht, für Geborgenheit und Zuneigung oder einfach weils praktisch ist. Babies wollen getragen werden und wir alle tragen Babies gerne, aber natürlich kann man nicht den ganzen Tag ohne seine Hände auskommen. TragMich machen es Ihnen möglich, Ihr Baby zu tragen und gleichzeitig die Hände frei haben, egal ob Ihr Baby lautstark danach verlangt oder Sie es tragen möchten. Weil TragMichs in so vielen verschiedenen Positionen verwendet werden können, wird sich die Art und Weise wie Sie es verwenden mit der Entwicklung Ihres Kindes vom Säugling zum Krabbelkind bis zum Kleinkind mitändern. Mit diesen Anleitungen können Sie alle die Stellung probieren und genießen!

Alles Gute!

Kathryn McDaniel-Nenning & Monika Clodi

Ihre TragMich ist waschbar bei 30 oder 40 Grad (30 Grad empfohlen); Lufttrocknen.

Kontakt: www.tragmich.at oder kathryn@tragmich.at

Grundlegendes



Halten sie ihre TragMich mit den Ringen und dem Logo nach außen.
Halten sie es auf der entgegengesetzten Seite der Schulter auf der sie es tragen wollen.



Ziehen sie sich ihre TragMich über ihren Kopf, sodass der gepolsterte Teil auf ihrer Schulter liegt und die Schlinge diagonal über ihrem Körper liegt.



Sehr wichtig !!!! Ihre TragMich ist in der richtigen Stellung, wenn die Ringe knapp unter ihrem Schlüsselbein (und nicht niedriger) sind, und das Baby hoch und eng an ihrem Körper ist. In dieser Stellung fühlt es sich leichter und sicherer an. Wenn die Ringe hoch genug sind, sind sie besser fixiert und bleiben an der richtigen Stelle. Wenn sie nur 5cm weiter unten sind, funktioniert es auch, aber nicht so gut.



FALSCH!!!! Die Ringe sind zu tief. (Ihr Baby ist zu weit unten und dadurch nicht eng genug an ihrem Körper.) Sie können Ihre TragMich natürlich auch so verwenden. Es ist auch sicher. Aber auf Dauer ist es nicht so bequem und sicher wie es sein sollte.



Um ihr TragMich enger zu machen heben sie zuerst Ihr Baby an und ziehen sie dann ihr TragMich so eng, das ihr Baby hoch und eng genug an ihrem Körper liegt. Wenn sie ihr Baby nicht anheben, fixiert das Gewicht des Babies die Ringe und sie können es nicht verstellen. Am Anfang ist ihr TragMich noch etwas steif, es wird durch den Gebrauch aber weich und sie können es leicht verstellen.



Sollten die Ringe ihres TragMichs beim engerziehen zuweit runter rutschen, beginnen sie mit den Ringe etwas weiter oben. Dann sind sie nach der Endjustierung an der richtigen Stelle knapp unter dem Schlüsselbein. Das kann passieren, wenn ihr Baby schon etwas größer ist und sie die Schlinge etwas größer stellen müssen um ihr Baby hinein zusetzen.

Grundlegendes (Fortsetzung)



Um ihr TragMich weiter zu machen, heben sie zuerst ihr Baby an. Dann klappen sie die Ringe etwas auseinander und ziehen den Träger durch die Ringe, so dass er eine Schlaufe bildet.



Dann ziehen sie den Taschenteil nach unten und verlängern so ihr TragMich.



Nachdem ihr Baby im TragMich ist und sie die Weite richtig eingestellt haben, ist es sehr wichtig das ihr Baby hoch und eng genug an ihrem Körper ist. Am wichtigsten ist es, das die Ringe immer knapp unter dem Schlüsselbein sind, nicht niedriger oder höher. Wenn das alles der Fall ist sollte ihr TragMich immer bequem und sicher sein.

Wiege Stellung (0 - ca. 3 Monate)



Legen sie ihre TragMich wie beschrieben an. Machen sie mit dem am Körper anliegenden Stoff eine Wand und ziehe mit der anderen Hand den äußeren Rand vom Körper weg. Bereiten sie so eine Tasche für ihr Baby vor.



Nehmen sie ihr Baby in Wiegeposition auf den Arm. Der Kopf befindet sich auf der gleichen Seite wie die Ringe.



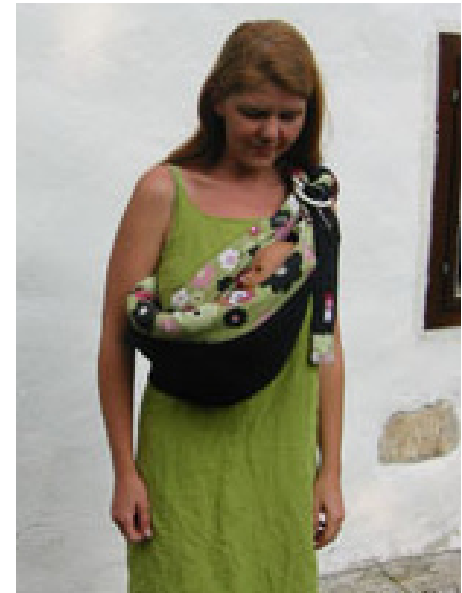
Lassen sie ihr Baby mit dem Popo zuerst in die vorbereitete Tasche gleiten. Der Popo soll sich in einer Linie mit ihrer Brust befinden, weil dort der tiefste Punkt der Tasche ist.



Ziehen sie den Stoff zuerst über die Beine und dann über dem Kopf ihres Babys zurecht und bringen sie ihr Baby durch leichtes Wippen in die für sie und ihr Baby angenehme Position. Der Kopf soll an ihrer Brust sein und die Beine in Embryoposition. Ihr Baby ist etwas aufgerichtet mit leicht gebogener Wirbelsäule.



Heben sie ihr Baby im TragMich mit einer Hand leicht an und ziehen sie mit der anderen ihr TragMich so fest, bis ihr Baby hoch und eng genug an ihrem Körper ist und die Ringe sich direkt unterhalb des Schlüsselbeins befinden. Für diese Position wäre es am Besten, die Schlinge zu justieren, bevor sie ihr Baby hinein legen. Wenn ihr Baby sehr klein ist, können sie den Rand umklappen, damit die Tasche nicht so tief ist.



In dieser Position kann ihr Baby einfach rausschauen, stillen oder einschlafen. Sie können die Ringe nun komplett lösen und ihr Baby mit demTragmich in sein Bett legen ohne es zu wecken. Und, wie immer, achten sie darauf, das die Ringe knapp unter dem Schlüsselbein sind, und das Baby hoch und eng an ihrem Körper ist.

Still Stellung (0 - ca. 4 Monate)



Die Stillposition ist ähnlich der Wiege Position, nur das sich der Kopf auf der den Ringen abgewandten Seite befindet. Das Baby liegt also flacher als in der Wiegeposition. Machen sie mit dem am Körper anliegenden Stoff eine Wand und bereiten so eine Tasche vor.



Nehmen sie ihr Baby mit dem Kopf auf dem Ellbogen und mit der Handfläche unter dem Popo auf ihren Arm. Greifen sie mit der anderen Hand unter ihr TragMich, nehmen sie die Beine ihres Babies und lassen sie es in ihr TragMich gleiten.



Ziehen sie dann den Stoff zuerst über die Beine und dann über dem Kopf ihres Babys zurecht und bringen sie ihr Baby durch leichtes Wippen in die für sie und ihr Baby angenehme Position.



Heben sie ihr Baby im TragMich mit einer Hand leicht an und ziehen sie mit der anderen ihr TragMich fest bis ihr Baby hoch und eng an ihrem Körper ist.



Ziehen sie noch einmal nur den oberen Rand der TragMich durch die Ringe (zuerst durch den oberen und dann durch den unteren) bis der Kopf ihres Babies eng genug gestützt ist. Ziehen sie NUR den Rand an, dann es gehts sehr leicht.



In dieser Position können sie ihr Baby stillen und einschlafen lassen. Wenn sie die Ringe komplett lösen, können sie ihr Baby mit dem TragMich in sein Bett legen ohne es zu wecken. Und, wie immer, achten sie darauf, das die Ringe knapp unter dem Schlüsselbein sind, und das Baby hoch und eng an ihrem Körper ist.

Herz-zu-Herz Stellung (6 Woche - ca. 6



Legen sie ihre TragMich wie beschrieben an. Bereiten sie einen Beutel vor. Der untere Rand ihres TragMichs liegt flach an ihrem Bauch an. Der Rest bildet einen Beutel.



Legen sie ihr Baby mit dem Gesicht ihnen zugewandt auf ihre Schulter. Halten sie es mit einer Hand unter dem Popo und greifen sie mit der anderen Hand unter ihr TragMich um die Beine durch zuziehen.



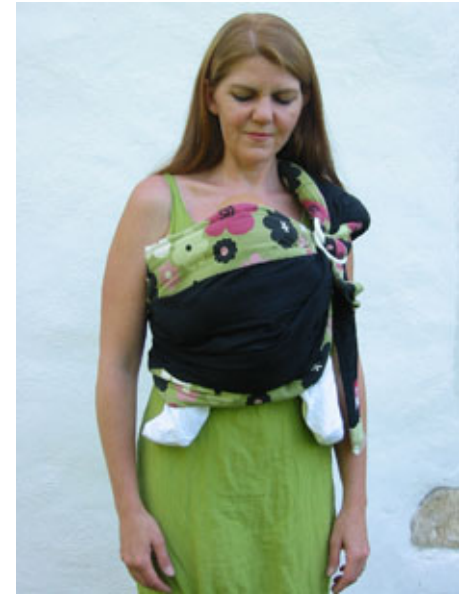
Lassen sie ihr Baby aufrecht in der Mitte ihres Körper in den Beutel gleiten und spreizen sie die Beine gegen ihren Körper. Achten sie darauf, dass der Popo im Beutel fixiert ist und der Rand der Schlinge unter den Beinen bis zu den Knien geht. Ziehen sie den oberen Rand ihres TragMichs soweit in die Höhe bis der Kopf Ihres Babies gestützt ist.



Heben sie das Gewicht ihres Babies mit einer Hand an und ziehen mit der anderen Hand ihre TragMich enger, bis das Baby hoch und eng an ihrem Körper ist. Dann müssen sie den oberen Rand fester machen.



Ziehen sie noch einmal nur den oberen Rand der TragMich durch die Ringe (zuerst durch den oberen und dann durch den unteren) bis der Kopf ihres Babies eng genug an ihrem Körper anliegt.



Zum Schluß soll das Baby hoch und eng an ihrem Körper sein, die Beine breit, der Popo in der Tasche und der untere Rand unter den Beinen bis zum Knie. Die Wirbelsäule ihres Babies sollte gerade sein. Die Ringe ihres TragMichs sollten knapp unter ihrem Schlüsselbein sein aber nicht niedriger. Wenn ihr Baby etwas älter ist, können sie es etwas seitlicher tragen.

Buddha Stellung (4 Monate - ca. 7 Monate)



Bereiten sie wie bei der Wiege Position einen Beutel vor. Achten sie darauf, dass die Ringe zu Beginn etwas höher sind als normal da sie sonst zu weit runter rutschen.



Legen sie ihr Baby mit dem Rücken auf ihre Brust, überkreuzen sie die Beine ihres Babies und halten es mit einer Hand fest.



Öffnen sie mit der anderen Hand den Beutel und lassen sie ihr Baby hineingleiten. Lassen sie ihr Baby mit dem Popo zuerst in die vorbereitete Tasche gleiten. Der Popo soll sich in einer Linie mit ihrem Kopf befinden, da der Rücken sonst nicht genug gestützt ist. Ziehen sie den vorderen und hinteren Rand so hoch, dass ihr Baby tief genug im Beutel sitzt und einen guten Halt hat.



Heben sie ihr Baby im TragMich mit einer Hand leicht an und ziehen sie mit der anderen ihre TragMich in die für sie richtige und angenehme Höhe.



Zum Schluss sollte ihr Baby in der Mitte ihres Körpers sein. Der Popo sollte tief im Beutel sein und die Beine etwas höher. Ihr Baby sollte hoch und eng genug an ihrem Körper sein. Die Ringe sollten knapp unter ihrem Schlüsselbein sein und nicht niedriger.



Wenn ihr Baby etwas älter ist, können sie es etwas seitlicher tragen, wobei sie eine Hand als Extrastütze brauchen.

Hüftsitz Stellung (6 Monate - 3. Lebensjahr)



Ziehen sie ihre TragMich wie beschrieben an, und machen sie eine Tasche seitlich an ihrer Hüfte.



Nehmen sie ihr Baby und legen sie es auf die entgegengesetzte Seite der Ringe auf ihre Schulter. Halten sie es mit einer Hand unter dem Popo und greifen sie mit ihrer freien Hand unter ihre TragMich und ziehen sie die Beine ihres Babies durch ihre TragMich.



Lassen sie ihr Baby mit dem Popo in die vorbereitete Tasche leiten. Spreizen, sie die Beine ihres Babies so dass es ihre Hüften umschlingt und ziehen sie den unteren Rand der TragMichs bis zu den Knien, damit der Popo gut fixiert ist. Nun lassen sie ihr Baby auf ihre Hüften gleiten. Es ist nicht entscheidend ob ihr Baby direkt auf ihre Hüfte sitzt, aber es sollte hoch und eng genug an ihrem Körper sein.



Heben sie ihr Baby im TragMich mit einer Hand leicht an und ziehen sie mit der anderen Hand ihr TragMich enger, bis ihr Baby hoch und nah an ihrem Körper ist.



Für noch mehr Sicherheit bei kleineren Babies können sie noch einmal den oberen Rand ihres TragMichs separat enger ziehen. Ziehen sie noch einmal nur den oberen Rand durch die Ringe, bis der obere Rand eng genug ist. Ziehen sie NUR am Rand an, dann geht es sehr leicht.



Achten sie darauf, dass sich die Ringe noch an der richtigen Stelle direkt unter dem Schlüsselbein befinden und dass das Baby hoch und eng an ihrem Körper sitzt.

Rückentrage (18 Monate - 3. Lebensjahr)



Für die Rückentrage beginnen sie wie für die Hüftposition, nur dass die Ringe zu Beginn hinter der Schulter liegen sollte. Wenn sie ihr Baby auf den Rücken schieben kommen die Ringe wieder in die Richtige Position. Wichtig!!!! Für die Rückentrage sollte ihr Baby alt genug sei (ca.16-18 Monate) um zu verstehen, dass es sich nicht nach hinten kippen darf.



Legen sie nun ihre TragMich an und bereiten sie wieder eine Tasche auf ihrer Hüfte vor. (Die Ringe sollten nun so weit hinter sein wie auf dem linken Foto).



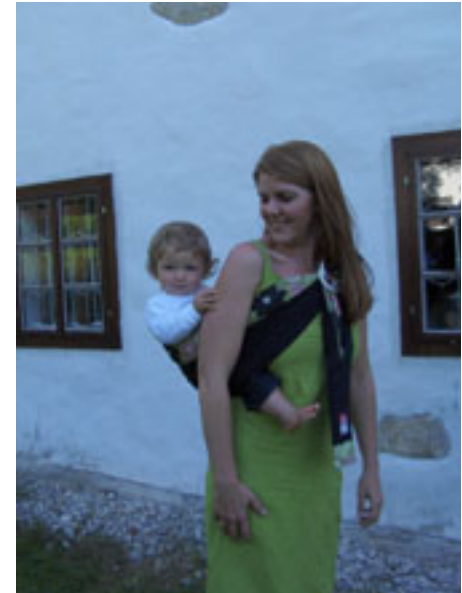
Nehmen sie ihr Baby und legen sie es auf die entgegengesetzte Seite der Ringe auf ihre Schulter. Halten sie es, greifen sie mit ihrer freien Hand unter ihr TragMich und ziehen sie die Beine ihres Babies durch.



Lassen sie ihr Baby auf ihre Hüfte in die TragMich geleiten. Spreizen sie seine Beine und ziehen sie den unteren Rand der Schlinge bis zu den Knien, so das der Popo gut fixiert ist. Ziehen sie mit der anderen Hand ihre TragMich enger, bis ihr Baby hoch und nah an ihrem Körper ist, aber nicht zu fest.



Dann legen sie eine Hand vor ihr Baby und schieben es so weit auf ihren Rücken, bis der Schulterpolster und die Ringe sich wieder in der richtigen Position befinden. Dann ziehen sie ihre TragMich wieder enger, bis ihr Baby eng genug auf ihrem Rücken ist.



Zum Schluss sollte ihr Baby eng auf ihrem Rücken sein, und der oberen Rand hoch an ihrem Baby. Die Ringe sollten knapp unter ihrem Schlüsselbein sein und nicht niedriger. Noch einmal: Für die Rückentrage sollte ihr Baby alt genug sei (ca.16-18 Monate) um zu verstehen, dass es sich nicht nach hinten kippen darf.